

વનસ્પતિ-ઓષધી-ધાન્યાદિ અને ખીજી અમલક્ય ગણાતી કંદમૂળા
માંસ-મદિરાદિ વાનગીઓ.

હવે પ્રશ્ન થાય છે કે શું આ બધીજ વાનગીઓ ખાવી જરૂરી
અને યોગ્ય છે? ના તે માટે યોગ્ય અને અયોગ્ય અર્થાત્ અનંત
જાનીઓએ આત્મહિતની દૃષ્ટિએ સમજાવેલ ભક્ત્ય અને અમલક્ય ખાન-
પાનનો વિવેક રાખવો મૂળ પાયામાં જરૂરી છે.

આ વિવેક એટલા માટે આવશ્યક છે કે ભોજનથી કોઈ ખોટી-
અસર-વિકૃતિ સ્વાસ્થ્ય હાનિ-મનની ખરાબી થાય નહિ કે આત્મહિત
જોખમાય નહિ, અને પરલોકમાં ગતિ બગડે નહિ.

તન-મન અને આત્માના ઘડતર અને વિકાસનો પાયો શુદ્ધ-
સારિયક-મલ્લય આધાર ઉપર છે. આધાર અશુદ્ધ-તામસી અને અમલક્ય
રહ્ય તો જીવનમાં ઘણી ગરબડ થવાની. સ્વાસ્થ્યને નુકસાન, સ્વભાવમાં
કામ-ક્રોધનો ઉગ્રંકરાટ, સદાચાર અને સદ્ વિચારનો લોપ...આ-
નુકવાન જેવું તેવું નથી!

જેવું અન્ન તેવું મન, અને જેવું મન તેવું જીવન. આ
અનુભવસિદ્ધ વકીકત છે.

સારિયક-શુદ્ધ ભક્ત્ય આધારથી સદ્વિચાર અને સદાચારની રક્ષા
કે જોઈ જાય છે તેમ અનુભવા ત્યાગી-તપસ્વી અને યોગી
કહે છે.

અમલક્ય ખદાર્ય જેવાં કે કંદમૂળમાં અનંત જીવોની દાનિ, માંસ
દે. -નાદે.ના. પર્વતોન્નય જીવની દાનિ થાય છે. કેટલાકમાં અસંખ્ય
અનંતજીવોના. નાદે. થાય છે જેથી આત્માની પરિકૃતિ કોટર નિર્દય
બને છે. અન્ન દે. પતિઓ વડે છે, આત્મશાંતિ વિચલિત બને છે,
અને દુર્ગતિના અણુઓના બંધ જીવન બને છે. આગ અનુદયદાર
જેવાં કે અનુદયદાર જીવોનાં બંધ માટે દરેક પરમાત્માના જેવું
જેવાં કે અનુદયદાર જીવોનાં બંધ માટે દરેક પરમાત્માના જેવું
જેવાં કે અનુદયદાર જીવોનાં બંધ માટે દરેક પરમાત્માના જેવું

સમર્થ તેમના આધાર પર સુચારુ નિર્ણય રાખી, સંવર્ગી જીવન જીવી શકે એ સુખ હેતુથી પાશ્વર્યાઓમાં, પુસ્તકાલયોમાં તથા ઘરમાં સર્વત્ર આ પુસ્તકનો ઉપયોગ કરીએ તો આ સંકલનનો ફાયદો પ્રવાસ સાથેક મળી શકે, આ માટે ધાર્મિક શિક્ષકો તથા માનવિતાઓને ખાસ વિનંતી કરીએ છીએ કે, આ પુસ્તકના ઉપયોગ દ્વારા ભાગીદારો રૂબરૂ નેત્રો તથા સર્વથી જીવનના ખીજ વાગે એ જ અભિલાષ.

જિનાભાઈ-વિદુષ્ઠ કાંઈ જાણું હોય તો મિસ્ત્રામિ દુલ્હાં ભણી.

રુચિ :-

સિ. દુસ્તીઆ

શ્રી વધુમાન સેરા કેન્ડ

મયાભાઈ લક્ષ્મીચંદ શાહ

૧૮, ગુલામવાડી

પ્રકાશચંદ્ર વિમલભાઈ શાહ

શ્રીને માટે

કુમારપાળ વિમલભાઈ શાહ

મુંબઈ, ૪૦૦ ૦ ૪

ફોન નં. ૩૩૦૫૪૯

વેશાખ સુદ : ૧૦, વિ. સં. ૨૦૩૩ : વીર સંવત ૨૫૦૩

પ્રથમ આવૃત્તિના પ્રકાશન પ્રસંગે બે શબ્દો —

પૂ. સુનિરાગથી રાજ્ય-વિશ્વવજ્ર મ.શીએ આપેલ પ્રવચનના અધારે તથા અનેક પ્રધાનો સંકલનના આધારે ખાન-ખાનની શુદ્ધિ-અશુદ્ધિને સમજવામાં આવું ઉપયોગી અને માર્ગદર્શક થાય એવું પ્રકાશન છે. આ પ્રંથમાં દાખલા-દલીલો સાથે દેશ-વિદેશના નિષ્ફાળાના અભિપ્રાયો ટાંકીને તથા કેટલાક સુદાઓની વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિએ જાણકારીને આ વિષય હૃદયગમ અને તે રીતે રજૂ કરવામાં આવ્યો છે કે નેપો કોર્પોરેશન વાચક અને જિજ્ઞાસુને જીવનસંપન્ન મારે નિર્દોશ અને સારિયો ભાગીદાર બેસું મલત્ત છે તે સહેલાઈથી સમજી શકે તેમ છે.

તા. ૨૧-૨-૧૯૧૧

—મેજરીક કસ્તુરભાઈના વંદન

તપોયુદ્ધની તાલીમ : આહાર-શુદ્ધિ

[લેખક :-પૂ. મુનિરાજ શ્રી પૂર્ણચન્દ્ર વિજયજી મ.]

(અંજડ : મ. પ્ર.)

ભારતનાં તમામ ધર્મ-શાસ્ત્રોએ માનવ-જીવનની મહત્તા આંકતાં કહ્યું છે કે આ માનવ-ભવ તો મુક્તિનું મંગલ-દ્વાર છે ! મુક્તિનાં મંગલ-દ્વાર ઉઘાડવા ચારિત્રની ચાવી આ ભવમાં જ મળી શકે છે, આ જ એની મહત્તા છે; એથી જ એની સર્વોપરિતા છે. બાકી આમ તો આ માનવ-જોણિયું મળ-મૂત્રની જેમ મુશ્કેલીઓ અને મુંઝવણોનો મહાસાગર છે. ભૌતિક-ભવ્યતાને ત્રાજવે એનું કોઈ જ જુું મૂલ્ય નથી, એનાં મોંઘેરાં-મૂલ્યાંકનોની આધાર-શિલા એકમાત્ર આધ્યાત્મિક-આખાદી જ છે !

આધ્યાત્મિક-આખાદીની ગરમ અને પરમ સીમા જો મુક્તિ છે અને આ મુક્તિ-દ્વારતા ઉદ્ઘાટનની ચારિત્ર-ચાવી જો માનવ-જીવનમાં જ મળી શકે એમ છે તો હવે વિચાર-વર્તન બદલ એ છે કે, આ દ્વારોદ્ઘાટનની સાધનામાં આહાર-શુદ્ધિ કેવી અવશ્યક-અંગ છે ખરું ?

આદાર એવો જોડકાર ! અન્ન એવું મન ! ખાન-
 પાન એવા અરમાન ! આ અને આના જેવી ઠહેરતોનાં
 કથનનો ભાવ એવો છે કે આદારની અસર નાનીસૂની
 નથી ! આદાર આમ તો શરીરની ક્રિયા છે, પણ એનો
 પ્રભાવ માનવીના મન ઉપર, મનન ઉપર અને જીવન
 ઉપર પણ પડ્યા વિના રહેતો નથી. શારીરિક વિકાસની
 સાથે-સાથે, માનવીના વિચાર, ઉચ્ચાર અને આચારના
 વિકાસમાં ય આદાર કારણ છે.

સંજ્ઞા એટલે સુદ્ધ-સંસ્કાર ! સમગ્ર જીવસૃષ્ટિ ચાર
 સંસ્કારોને પોતાના પડછાયાની જેમ વળગી રહીને ભવ-
 દેરા ફરતી રહી છે. આ સંજ્ઞા-ચતુષ્ટોષ્ઠમા પહેલી સંજ્ઞા
 આદારની, બીજી ભયની, ત્રીજી વિષય-વાસનાની અને ચોથી
 મૂર્છા-પરિમદ્ધની ગણાય છે. આદાર-સંજ્ઞાની કારમી
 નામજૂદમાંથી મુક્ત થઈને, અજ્ઞાદારી-પદ્ધતું દરાનંત્ર
 ગર કરવા દાજે તપનો સુદ્ધમંત્ર આપણા શાસ્ત્રકારોએ
 આપ્યો છે ! તપત્તું આ સુદ્ધ કંઈ રમતવાત નથી ! આ
 સુદ્ધ જગવવા તાકાત કેળવવી રહી અને આ તાકાત
 જગવવા તાલીમ લેવી રહી. આ તાલીમ રૂપે જ આપણા
 શાસ્ત્રકારોએ ભક્ત્ય-અભક્ત્યની, અને ગેધાગેયની આદાર-
 અર્થા નક્કી કરી છે અને આ અંગે જિંદામાં જિંદી સમજણ
 આપી છે.

આદારસંજ્ઞાની શુભામીથી મુક્ત થવા તપત્તું સુદ્ધ
 જગવવું અનિવાર્ય છે. આ તપોસુદ્ધમાં વિજયની વરમાળ
 વરવા તાકાત મેળવ્યા વિના ચાલે એમ નથી અને તાકાત

એકઠી કરવા તાલીમ લીધા સિવાય છૂટકો નથી. આ તાલીમ લેવી એટલે જ ‘આહારશુદ્ધિ’ કરવી. આ પરેડ કરવી એટલે જ બાવીસ અલક્ષ્ય, બત્રીસ અનંતકાય અને ચાર મહાવિગર્ધ એના. જીવનભર માટે ત્યાગ કરવો.

અલક્ષ્ય ત્યાગની તાલીમ લેવાથી જાગેલી જવાંમર્દી તપોયુક્ત જગવવા ધનગનશે અને પછી જ આહારસંજ્ઞાની કારમી શુભામી બેડીને ફગાવી-ફંગોળી દર્ધને જીવ ‘આણાહારી-પદ’ની સ્વતંત્રતાને સર કરી શકશે.

માત્ર ‘આહારશુદ્ધિ’ને અપનાવી લઈ ને જ આત્મ-સંતોષ નથી માની લેવાનો ! આપણો જ આખરી આદર્શ અને આપણો મદત્તવનો મુદ્રાલેખ તો છે આ અણાહારી-પદ ! આ આદર્શને આંખવા તો આહારનો-રમ્મનો સદંતર ત્યાગ આત્મસાત્ કરવો જરૂરી છે. પણ આ તો ઉપર-ઉપરનું પગથિયું છે, છેલ્લું પગથિયું કહીએ તો ય ચાલે એવી આ ઉચ્ચ ભૂમિકા છે. આ ઉચ્ચ ભૂમિકાને પામવા શરૂઆતનાં પગથિયાં ચડવાં જ પડે. અને આહારશુદ્ધિ વિના પ્રાથમિક પગથિયા પર પગ ટકી પણ ન શકે. માટે મુજબ રૂઢિચઢવની ચારિત્રચાવી પામવાની પ્રાથમિક-શરત છે આહારશુદ્ધિ !

આહારની અસરથી જન-મન-જીવનમાં જાગના આંદોલનને આપણે મહત્ત્વ જ માની છીએ. અનુભવ ગમ્ય આંદોલને પાંડુ સમજાવવાની જરૂર નથી. ભોજન એવું મન-મન એવું જાણ, અને મનન પ્રમાણે જીવન—આંદોલન અનુભવ-નિદ્રા નાગદ છે.

પ્રકરણ	વિષય	પૃષ્ઠ	પ્રકરણ	વિષય	પૃષ્ઠ
	આવીસ વર્ગવા ચોખ્ખા			માંસનો નિષેધ કરતાં	
	અભક્ષ્યો	૧૦૩		સર્વપ્રજાના ધર્મશાસ્ત્રો	૧૦૭
	પાંચ છંબર હોળા	૧૦૪ (૨૨)		વિસાવતી દવાઓમાં	
(૨૦)	અનર્થકારી ચાર મહા-			અભક્ષ્ય	૧૪૫
	વિગર્હ્યો : મધ.	૧૦૫		આખણ અભક્ષ્ય	૧૪૭
	મદિરા-અભક્ષ્ય	૧૦૮		ક્રિમ (ખરફ) અભક્ષ્ય	૧૫૦
	મદિરાથી થતાં જેરસાનો	૧૦૯ (૨૩)		અભક્ષ્ય આશ્વરૂપીમથી	
	મદિરાનો ત્યાગ શા માટે ?	૧૧૨		ખજો	૧૫૩
	મદિરા-દારૂ પીવાથી			વિષ (જેર) અભક્ષ્ય	૧૫૭
	અનેક વિધ નુકસાન	૧૧૩ (૨૪)		ખતરનાક બ્યસનોથી	
(૨૧)	હારના કારણે હારિઓનો			ચેતો	૧૧૦
	નાશ	૧૧૬		કરા અભક્ષ્ય	૧૧૭
	માંસ અભક્ષ્ય	૧૨૧		સર્વપ્રકારની માટી	
	માંસથી થતાં વિવિધ			અભક્ષ્ય	૧૧૮
	નુકસાનો	૧૨૪		રાત્રિભોજન અભક્ષ્ય	૧૭૧
	માંસથી થતાં જેરકાયદા	૧૨૬ (૨૫)		રાત્રિભોજનનો ત્યાગ શા	
	માંસાહારી અને શાકાહારી			માટે ?	૧૭૫
	વચ્ચેનો સફળબોદ	૧૨૮		રાત્રિભોજનના વિવિધ	
	માંસાહાર અંગે ડોક્ટરોના			નુકસાનો	૧૮૧
	અભિપ્રાય	૧૨૯ (૨૬)		હંસ અને કેશવની કથા	૧૮૭
	રવિન્દ્રનાથ ટાગોરનો નિર્દેશ			રાત્રિભોજન ત્યાગ અંગે	
	સામે સક્રિય વિરોધ	૧૩૨		શાસ્ત્ર-પ્રમાણો	૨૦૭
	માંસાહારથી થતી			જઘ્નગ્રીવ-અભક્ષ્ય	૨૧૩
	...	૧૩૩		અર્નાતકાવ-અભક્ષ્ય	૨૧૪

વિષય	પૃષ્ઠ	વિષય	પૃષ્ઠ
૭૨ અનંતકાયની ઓળખાણુ ૨૧૭		ચક્ષિત-રસ : ધનપાત્ર ૨૩૫/૧	
સંધાન-ઓળ અથાણું-		દુઃખદાયી નરકગતિ ૨૪૨	
અમદ્ય ૨૨૧		તથુ પ્રકારની વેદના ૨૪૩	
ધોત્રવડા-વિદળ અમદ્ય ૨૨૪		૧૦ ક્ષેત્રકૃત વેદના ૨૪૪	
વેંગાગુ-રીંગાગુ અમદ્ય ૨૨૬		૧૫ પરમાધામીકૃત વેદના ૨૪૬	
અન્તર્યા પુષ્પ-ફળ અમદ્ય ૨૩૦		અ-યો-ન્યકૃત વેદના ૨૫૬	
૬૨૭-ફળ અમદ્ય ૨૩૩			

શુદ્ધિપત્રક

પૃષ્ઠપંક્તિ અશુદ્ધ	શુદ્ધ	પૃષ્ઠપંક્તિ અશુદ્ધ	શુદ્ધ
૧/૫ વ્યય	વ્યય ન	૮૩/૧ રીક્ષા	પગરીક્ષા
૨૦/૧૦ બોનન	બોનન	૧૦૨/૧ માં અતે	માં
૨૧/૧૬ તામ થર્મ, મનમાં આવી		૧૦૫/૫ તથા	તસ
૨૦/૧ અનંક૦ પાંધાતા નિકા-		૧૨૨/૧ મનુષ્ય	મનુષ્ય
	નિતકર્મો અનંક.	૧૨૭/૧૨ કાળ	યુગ
	...દૂર વિના દૂર	૧૨૭/૧૩ કાળ	યુગ

આણાહારી પદ-સ્વરૂપ મોક્ષની પ્રાપ્તિ થાય અને પછી કાયમ માટે દેહ અને આહારનો પ્રશ્ન રહેતો નથી. બહુ જાણીતી ઉક્તિ છે કે 'જેવું ખાય અન્ન તેવું થાય' મન 'થી પણ સિદ્ધ થાય છે. મન નિરોગી, સંયમી, પવિત્ર, શાંત-સ્વભાવી અને ધર્મભાવનાવાળું શુદ્ધ આહારથી બને છે. અરે ! બીજી મહત્ત્વની વાત એ પણ છે કે, આર્ય-ભૂમિમાં માનવીઓને આર્યભૂમિનું જ અન્ન અનુકૂળ આવે, નહિ કે અનાર્યભૂમિના તામસ ભોજન જેવું. સત્ય નીતિ અને પ્રામાણિકતાથી મેળવેલા, વનસ્પતિ-ધાન્યની ખાદ્ય ચીજો ખાવાથી અનેક પ્રકારના માનસિક-શારીરિક રોગો, અનિષ્ટ વિચારો કે અન્યનું અહિંત કરવાની ભાવનાઓ નહિ જન્મે. જેમ શુદ્ધ આદાર ગુણકારી છે તેમ નીતિ-સત્ય-પ્રામાણિકતા તેના મૂળમાં જરૂરી છે, અન્યથા તેની અસરો મુઠ્ઠા જ પ્રકારની થાય છે. ધન માટે ન્યાયસંપન્નતા દેવવંદી પૂજા જ જરૂરી છે. શુદ્ધિને તે મૂળ પાયો છે.

ખોરાકને મન-આત્મા સાથે સંબંધ હોવાથી આહાર-વસ્તુ સ્વચ્છ ધન્યું મહત્ત્વનું લેખાયું છે અને એથી જ જૈન મ. શ્રદ્ધારોગ્ય તે આજની વિચારણાના કેન્દ્રમાં આત્મા-

સપડાઈ બાય છે. આપણે વર્તમાનપત્રોમાં ઘણી વાર વાંચીએ છીએ કે આહારમાં-ખોરાકમાં અમુક અલક્ષ્ય વસ્તુ આવી જવાથી અમુક માણસો માર્યા ગયાં, અમુક માણસોને ઝાડા-ઉલટી થઈ ગયાં, અમુકના ગંભીર હાલ થયા. હમણાં જ અમદાવાદમાં ઝેરી લઠ્ઠાથી સેંકડો માણસોનાં મોત થયાં, અનેકોની કાયમ માટે આંખ ગઈ વગેરે. વળી આવા બનાવો આપણે નજરે પણ ભેઈએ છીએ. શું તે આપણને આહાર સંબંધમાં પૂરતી કાળજી રાખવાની તથા વિવેકથી વર્તવાની ચેતવણી આપતા નથી શું?

ચેતવાળીની સાયરનો વાગવા છતાં આપણે ચેતીએ નહિ, આપણો રાહ બદલીએ નહિ અને માથું ઊંધું ઘાડીને દોડવાનું જ ચાલુ રાખીએ તો તેનું પરિણામ ખ.રામાં પડવા સિવાય અને હાથ-પગ-માથું ભાંગવા સિવાય બીજું શું આવી શકે?

આપણે જેને પશુઓ કહીએ છીએ અને આપણાથી હલકી કેટલીનાં માનીએ છીએ, તેઓ પણ સહુથી પહેલાં વસ્તુને મૂંઝે છે, તપાસે છે અને તે પોતાને માફક આવે તેવી રીતે તે જ તેનું બજાર કરે છે, તો પછી વિવેકથી વિભૂષિત કંઈકનાં મનુષ્યો કેઈ પણ વસ્તુનું બજાર પૂરતો વિચાર પૂરતી તપાસ, તેનાથી થતા ગુણ-દોષનો વિચાર કર્યો વિચાર કેમ કરી શકે?

લોકો આહાર-વિહારમાં નિયમિત રહેતા નથી અને પરિણામે રોગના લોગ થાય છે. અનારોગ્ય સંબંધમાં “માધવનિદાન”માં લખ્યું છે કે :-

સર્વેષામેવ રોગાણાં નિદાનં કુપિતા મલાઃ ।

તત્પ્રકોપસ્ય ગ્રોક્તમ્ વિવિધાહિતસેવનમ્ ॥

‘ઘણું કરીને સર્વ રોગોનું કારણ કોપ પામેલા મળ છે, તેના પ્રકોપનું કારણ વિવિધ પ્રકારનાં અહિતનું (અભક્ષ્યનું) સેવન કહેલું છે. આહારમાં જોઈતી કાળજી અને ધ્યાન રાખવામાં ન આવે તો તેના પરિણામે શરીરમાં મળનો પ્રકોપ થયા સિવાય રહેતો નથી.’

આ સંબંધમાં સુશ્રુતે પણ લખ્યું છે કે :-

વ્યાધિમિન્દ્રિયદૌર્ગલ્યં મરણં ચાધિગચ્છતિ ।

વિદ્ધ-રસવીર્યાદીન્ ભુજાનો નાત્મવાન્નરઃ ॥

‘પોતાને ન પચે તેવો રસ તથા વીર્યમાન પદાર્થો ખાનાર અનિતેન્દ્રિય મનુષ્ય વ્યાધિ, ઇન્દ્રિયોની દુર્ગતિ તથા મરણને પામે છે.’

શરીરનું આરોગ્ય જાળવવા માટે મિત્રાદારી જાળવવું જરૂરનું છે. ‘મિત્ર-આદાર’ એટલે ‘પરિમિત-માપે આદાર’ આ બાબતમાં :- ‘હિતમુક્ત મિત્રમુક્ત ક્રતુ પ્રજ્ઞા’ એ ચરક ઋષિના સિદ્ધાંત ગતગીતો છે. અરુચિ-કરી, પ્રમાણભંગ, ક્રતુ અનુસાર અને રોગને ન લેવું નાસ્તિક શૂણ્ણકરી નિઃશ્વન લેવું.

શરીરમાં ઉત્પન્ન થયેલા અનેક રોગોનાં કારણોની ઓળખટથી તપાસ કરાતાં જીવંત આવે છે કે વાસી કે વિદળ, તુચ્છ ફળ કે અભણ્યા ફળ, ચલિતરસ કે બેળ, અધાણાં, માંસ કે મદિરા, મધ કે માખણ, બરફ કે કસ, બટુબીજ કે અનંગકાષ, રાત્રિવોજન કે ભૂમિકંદ... વગેરેનું ભક્ષણ છે. વિશેષમાં અભણ્યનું વોજન અનેક પ્રકારના રોગોને જન્મ આપે છે, ધ્યનસિક સ્વાસ્થ્યની હાનિ કરે છે, વિકાર-વાસનાની ઉત્તેજના કરે છે, શરીરના રાજા વીરનો નાશ સજો છે, કલ્પિત ભાવો અને ક્રોધાદિની ઉત્તેજના કરે છે, આત્માને ધર્મવિમુખ અને કઠોર હૃદયવાળો કરે છે. દુર્મતિના ચોળે પરલોકમાં નરક કે ધુની ગતિ સુલભ બને છે; જ્યાં પરાધીનપણે કર્મની અપરંપાર વેદના અસંખ્ય અભલે વર્ષો સુધી અનુભવવી પડે છે. જીવનમાં આહારની શુદ્ધિ ભણવા છતાં ન ભણવવી એ છે તે પ્રકારે કૃષામાં પડવા જેવું નથી શું ?

તામસી ધોરાકમાં ડુંગળી-લસણ, માંસ-મગી, મદિરા-માખણ વગેરે લઘાયક-ઉરકેસાટવાળા સુદના ભાવો જગાડે છે. રાષ્ટ્રના ભાવિ ઉપર પણ ભારે અસર નિપજાવે છે. પેટમાં ગમેલો ધોરાક શરીર-મન અને પામિક માન્યતા ઉપર પણ અસર કરે છે. દેશ સામાન્યની પ્રગતિમાં પછટો મવાડું કારણ એ હાલું કે જ્યારે મગજને સમતોલ રાખી ચોગ્ય ઠોરવણી કરવાની જરૂર હતી ત્યારે નેપોલિયને ડુંગળી ખાધી હતી. ડુંગળીના લોજન બાદ ઉરકેસાટની ભારે અસરને લીધે તેણે સૈન્યની ઠોરવણી

કરવામાં ભારે ભૂલ કરી હતી અને પરિણામે લીધીગની મહત્વની લડાઈમાં તેને હાર ખમવી પડી હતી.

રોજનાં દૈનિકપત્રોમાં નાનીશી ખાખતમાં છરી, ચપ્પુના ઘા, દંડાખાણ, મારામારી અને કાપાકાપી વગેરે કરપીણ ખૂનના બનાવો, બળાત્કારના, અગ્નિસ્નાન, ફૂવા પૂરવાના કિસ્સાઓ વાંચવા મળે છે. જેની પાછળ માંસ-મદિરા કે ડુંગળી-લસણ જેવા તામસી જોરાકો છે કે જે વાત-વાતમાં ક્રોધ-ઉશ્કેરાટ જગાડે છે. મન ઉપરનો કાબૂ ગુમાવી બેસતાં માણસથી અયોગ્ય પગલાં લેવાઈ જતાં વાર લાગતી નથી અને પાછળથી પસ્તાવાનો પાર રહેતો નથી, કે મેં મૂર્ખો આ ગંભીર ભૂલ ક્યાં કરી ?

મોટા ભાગના શારીરિક રોગો અભક્ષ્ય ખાન-પાનનું પરિણામ છે એમ અનુભવી વૈદ્ય-ડોક્ટરોના અનુભવો કહે છે. માટે ભોજનમાં અભક્ષ્ય = ન ખાવા લાયક, ભક્ષ્યનો = ખાવા લાયકનો વિચાર-વિવેક જરૂરી છે.

૨. આદાર-શુદ્ધિ દ્વારા આત્મા-શુદ્ધિ

તંદુરસ્તી માટે જેમ શુદ્ધ આદારની જરૂર છે, તેમ શુદ્ધ વર્તનની પણ જરૂર છે. વર્તન માટે આરોગ્યશાસ્ત્રમં વિદ્યાર શુદ્ધ વાગ્યો છે. દિત-આદારની સાથે દિત-વિદવનું મેયન કરનારો જ તંદુરસ્તી ભોગવી શકે છે. અમન જેવો આદાર પણ અદિત વિદારના કારણે ઝર બને. જલ્ય છે. આદાર પત્ર્ય દિત્ય છતાં જીમની લાગણને મર. મર અકરનિય. ગનીન ખ વ.મં. આવે ના તે કારણે મર. મર અવન પદ. વ.ય છે. આર. વ્યગ. અના નિયમ

અનુસાર અનિયમિત આહાર, અકાલે (રાત્રીના) બોજન-
ઉભાગરો, ચિંતા, ઉશ્કેરાટ, અતિ ગરમ કે અતિ ઠંડાં પીણાં,
માદક પીણાં, અતિ જોષ્ટ પાણી પીવું, ગંદા અને ખરાબ
વાતાવરણ વચ્ચે રહેવું, પરિશ્રમ વિના બેઠા બેઠા ખાવું;
તામસી અયોગ્ય પદાર્થોનું વ્યસન...આ બધા અદિત
આહાર-વિહારનાં વિધિવિધ રૂપો છે, અને તેની ખરાબ
અસર આરોગ્ય પર થયા વિના રહેતી નથી.

આહારનો સંબંધ જેટલો શરીર સાથે છે, તેટલો
જ મન સાથે પણ છે. તેથી જ 'જેવું અન્ન તેવું મન'
જે કહેવત અસ્તિત્વમાં આવી છે. દૂષિત આહાર લેતાં
મન દૂષિત થાય છે અને સંયમ તૂટી જાય છે.

મદ્યપિં વામ્બટે કહ્યું છે કે—

નિત્યં હિતાહાર-વિહારસેવી, સુમીશ્વકારી વિપયેષ્યસક્તઃ ।

દાતા મમઃ સત્યપરઃ હમાવાનાત્તોપસેવી ચ મરત્યરોગઃ ॥

‘રોજ પશ્ય આહાર અને વિહારનું સેવન કરનાર,
વિચારીને કામ કરનાર, ઇન્દ્રિયોના વિષયો પર આસક્તિ
ન રાખનાર, દાન આપનાર, સમતા રાખનાર, સત્યનિષ્ઠ,
ક્ષમા આપનાર અને આપ્તજનની મેવા કરનાર નિરોગી
રહે છે.’

કેટલાક કહે છે કે શરીર અનિત્ય, ક્ષણિક અને
નાશવંત છે, તેમ જ મળ-મૂત્રના ફાંકલા જેવું છે. તેનું
જાતન કરવાનો અર્થ શ્રેય ? પરંતુ શરીરને સમજવા માટે
બીજી પણ દ્રષ્ટિ છે. હીરાની અગર સોનાની ખાણમાં કેલસા
કે માટી ચિવાય બીજું શું હોય છે ? છતાં જો ખાણમાંથી

હીરા અને સોનું નીકળે છે, તેથી તેની પાછળ માણસો લાખો રૂપિયાનો ખર્ચ કરે છે. એ જ રીતે, શરીર ગમે તેવા અશુદ્ધ અને અશુચિ પદાર્થોનું બનેલું હોવા છતાં આત્માનું મંદિર, આત્માનું નિવાસસ્થાન છે અને તેથી જ મનુષ્યમાત્રે તેનું જતન-રક્ષણ કરી આત્માનું શ્રેયઃ કલ્યાણ સાધી લેવાનું છે.

મનુષ્યદેહની પ્રાપ્તિ સહેલી નથી. શાસ્ત્રકારોની પરિભાષામાં કહીએ તો દશ દષ્ટાંતે દુર્લભ છે. તેના ઉપયોગ ક્ષણિક-કુલ્લક ભોજો ભોગવવા માટે નહિ પણ મોક્ષ કે નિર્વાણની સાધના માટે કરવો જોઈએ. આ નિર્વાણ સાધનાનો આધાર સંયમાદિ ધાર્મિક અનુષ્ઠાનો પર છે. સંયમાદિ ધાર્મિક અનુષ્ઠાનો આહારશુદ્ધિ જાળવવાથી જ સિદ્ધ થાય છે, એટલે મૂળપાયામાં આહાર-શુદ્ધિ અત્યંત આવશ્યક છે.

આપણે જીવવા માટે ખાઈએ છીએ કે ખાવા માટે જીવીએ છીએ ? તેના પણ કેટલાકને સ્પષ્ટ ખ્યાલ નથી. તેમને આ પ્રશ્ન પૂછીએ તો તેઓ વિવેકવશાત્ કદાચ એવો જવાબ આપે કે ‘અમે જીવવા માટે ખાઈએ છીએ’ પણ તેમને જીવન-વ્યવહાર ભેતાં તો એમ કહે છે કે તેઓ ખાવા માટે જીવે છે.

આ રીતે આત્માનું જીવન માત્ર આહારની પાછળ જ કેન્દ્રિત થઈ જાય ત્યાં યમ, નિયમ, મંયમ કે યોગની અવગણના કે અવગણના સધના શી રીતે થાય ?

સ્વાદને ન જિતાવ ત્યાં મુખી વિષયને છૂતવે
અસાધ્ય છે. ડૉ. કાર્લએન પોતાના ‘સાઇન્સ એન્ડ એ
ન્યુ લાઈફ’ (Science of a new life) નામના પુસ્તકમાં
જણાવે છે કે ‘કામવાસનાને ઉત્પન્ન કરવાનાં કારણોમાં
દ્વિપિત ભોજન (માંસ-મદિરા મધ-માખણ, દંડા, રીંગણાં
વગેરે) મુખ્ય છે.’ ડૉ. બ્લોચ કહે કે ‘મીઠાઈઓના
શોખનો કુમ્પૃત્તિઓ સાથે વધુ સંબંધ છે. જે બાળકો
મીઠાઈનાં અતિ શોખીન હોય છે, તેમની પતનની સંભાવના
વધુ રહે છે.’ ડૉ. ક્રિસોગ પોતાના પુસ્તક પ્લેઈન ફેક્ટ્સ
(Plain facts)માં લખે છે કે કેટલાક લોકોનું કથન એ છે
કે ભોજન એ એક સાધારણ કાર્ય છે, પરંતુ એ અત્યંત
જમાતમક વિચાર છે. શરીર ક્રિયા-વિજ્ઞાનનું તો એ શિક્ષણ
છે, કે આપણા વિચારો પણ ભોજન વડે જ બને છે.
જે માણસ અધાણું, મેંદાની ચેટલી, મીઠાઈ, માંસ-
મગી વગેરે ખાય છે; ચા, કૌફી-વાઈન પીએ છે અને
તમાકુનો ઉપયોગ કરે છે, તેના માટે વિચારો પવિત્ર
રાખવા, એ એકાદબેનની સહાય વિના આકાશમાં ઉડવા
બરાબર છે. જો આ રીતે સહેનાર વ્યક્તિ પવિત્ર (શુદ્ધ)
જીવન વ્યતીત કરી શકે તો એ એક ચમત્કાર યશે; પરંતુ
માતસિક પવિત્રતા રાખી શકવી એ તો તેને માટે સર્વથા
અસાધ્ય છે. અયોગ્ય ખાન-પાન પવિત્રતાના દુરમન છે,
જેનો પડછાયો લેવા જેવો નથી.

ડૉ. કાર્લએન, જેઓ અમેરિકાના એક મુખ્યસિદ્ધ
એમ. ડી. સંકટર છે, અને જેમણે અમેરિકાનાં પ્રમુખ

અર્થના અગણિત લાભો વિજ્ઞાનની દૃષ્ટિએ પુરવાર કરી તેના પ્રચાર અર્થે લગીરથ પ્રયત્નો કર્યા છે. તેમણે બ્રહ્મચર્યના સાધક માટે આહારની ખાખતમાં નીચે મુજબ લલામણ કરી છે :

(૧) મિતાહારી થવું, જોરાક અને ત્યાં સુધી સાત્ત્વિક ખાવો. કૃષ્ટા જીવવાની ખાતર જ ખાવું. સ્વાદ અર્થે એક કોળિયો પણ અધિક આહાર લેવો નહિ, તથા વિકાર-વાસના, તામસભાવ જગાડે તેવો (અલક્ષ્ય) આહાર લેવો નહિ.

(૨) તેલ, મરચાં, મરી, રાઈ, અથાણાં ઇત્યાદિ પદાર્થો શરીરમાં આળસ ઉત્પન્ન કરે છે, પત્તીનામાં દુર્ગંધ લાવે છે, તેમજ કામોત્તેજક છે તેથી છોડી દેવા. મીઠું-લૂણ ખનતાં સુધી વાપરવું નહિ. દરેક પ્રકારના તામસી આહાર, અતિ ખાટા, અતિ તીખા, અતિ કડવા તેમજ વાત્રી આહાર તજી દેવા.

(૩) દારૂ અને તમાકુ જેવી મનુષ્યને બ્રમ્હ કરનારી વીજી દેઈ વસ્તુ નથી, માટે બ્રહ્મચર્ય-સાધકે તેનો સંતેવ ત્યાગ કરવો જોઈએ. જે માણસ એ કુટેવને વળગી રહે તે બ્રહ્મચર્યનું પાળવા અશક્ત અને છે.

(૪) કંદેઈની દુકાને વેચાતી તેમજ બહારની તમામ મીઠેઈએ, બજારમાં, તળેલાં પદાર્થોના સદંતર ત્યાગ કરવો.

આ રીતે પૂર્વેના માર્ગિએએ અને આધુનિક વિજ્ઞાનકર્તાઓ પણ આહાર-સુદ્ધિની આવશ્યકતા સ્વીકારી છે, તેથી અનુસરવું. ત્યાગ કરવું. અને બહુ વસ્તુથી સંતેવ ત્યાગ કરવો એ મુશ્કેલી કરવું છે અને જીવનસુદ્ધિને પામે છે.

સ્વાધ્યાય

‘આહાર-શુદ્ધિ અને આરોગ્ય’ના પ્રશ્નો

- પ્રશ્ન ૧. આહારની દેહમાં થતી પ્રતિક્રિયા સમજાવો.
 ૨. પશુની આહારની પદ્ધતિ શી રીતની છે ?
 ૩. આરોગ્યના ઢેલવા પ્રકાર છે ? તેમાં કયું અપનાવવા જેવું છે તે ચર્ચો.
 ૪. સુશ્રુતના મતે આહાર મારે શી ઠાગણ જરૂરી છે ?
 ૫. તામસી ખોરાકની અન્ય ક્ષેત્ર પર થયેલી અસર દાખલા-દલીલ સહિત સમજાવો.
 ૬. શરીર આત્માનું મંદિર છે તે કેવી રીતે ?
 ૭. પૂર્વના મહર્ષિઓ અને આધુનિક વિચારકો પશુ કંઈ ખાખનમાં એકમત ■ ? કેવી રીતે ?

૩. “જીવનની સુંદરતાના સાચા—
 વિટામિનો અને શુદ્ધ આહાર”

જ્ઞાની પુરુષો કહે છે : આ મહામૂલી જિંદગીને સુધારવા પ્રયત્નશીલ બનો તો ઐય : દુર નથી. પણ આ જીવને આત્મા અને મનની કિંમત નથી સમજાઈ તેથી વિશેષ શરીરની કિંમત સમજાણી છે. અભક્ષ્ય પદાર્થોથી શરીર-મન-જીવન બગડે ત્યારે બધી વ્યવસ્થા અવ્યવસ્થામાં ફેરવાઈ જાય છે, દૈનિક જીવનમાં ફેરફાર થઈ જાય છે,

ત્યારે જીવનને સુંદર-સ્વસ્થ અને પ્રસન્ન રાખે તેવાં સાથ અંતરંગ વિદ્યામિનો વિચારીને અભક્ષ્ય ખાન-પાનના અનર્થથી બચવું જરૂરી છે,

● વિદ્યામિન A એટલે ABILITY

શક્તિ સ્વાસ્થ્ય મેળવવાથી પ્રાપ્ત થાય છે. તે ત્રણ પ્રકારે : શારીરિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક. આજે શરીરની ચિંતા કરવાવાળાં ઘણાં છે. શરીર બગડવાનું કારણ ધન વિરુદ્ધ અભક્ષ્યનું, અનિયમિત, સ્વાસ્થ્યના ધક ભોજન છે. શરીર સારું નિરોગી રાખવું હોય તેણે અભક્ષ્ય પદાર્થોનો નિયમપૂર્વક ત્યાગ કરવો જોઈએ, અભોજનમાં વિવેક-સંયમનો અભ્યાસ પાડવો જોઈએ જેથી શરીરની સ્વસ્થતા પૂરેપૂરી જળવાઈ રહે અને રોગ આવકાશ ન મળે.

બીજી માનસિક સ્વસ્થતા છે. મનની સ્વસ્થતા પ્રસન્નતા વિચરતા અને શાંતિ—એમ ત્રણ વસ્તુ પર આધાર રાખે છે. જેન. હૃદયમાં કામ પ્રતીત થયેલો છે, જે ભયથી વ્યાપ્ત છે, જેન. મનમાં ચિંતાનાં જાળાં બાંધેલાં છે, તે કદી પ્રસન્નતા અનુભવ કરી શકતો નથી. જેના જીવનમાં શોક અને વાસ છે તે નિરોગ થઈ શકતો નથી, અને જેન. હૃદયમાં તૃષ્ણા છે, તે શાંતિ અનુભવી શકતો નથી. મનને કામ-ક્રોધ દિન દરેકે તેવાં અવેશ્ય હાડનાં પીડાનાં સમુદાય, કંદમ્બ સમિતે જન દીનમાં જોડે અવશ્યન. ત્યાગ કરવો જોઈએ; અન્યથા મનની શાંતિ અશક્ય છે, જનની આંદર જે

વસ્તુ જ તે પરિમિત છે. આમુખ્ય પણ પરિમિત છે. બ્યારે જીવની ઇચ્છા અનંત છે. તૃપ્ત્યુરહિત અવસ્થા પ્રાપ્ત કરવી મુશ્કેલ છે, પણ અશક્ય નથી. માનુસ ઘરડો થાય છે છતાં નાનપણથી પટેલી કુટેવ-બચસન કે વાસના છોટી થકતો નથી. ઘરડો થયો, હાંત પડી ગયા, પેટમાં નાખેલ ખોરાક પચેનો નથી છતાં અનેક અયોગ્ય, ન પચે તેવા પદાર્થો ખાવાની ઇચ્છા દિનરાત થાય છે અને ઉપ-લોભના પરિણામે અનેક પીડાને લોભ બને છે. માટે જ્ઞાનકાંટિથી સમજણપૂર્વક વૃત્તિઓને વાળતાં શીખે અને લોભનમાં સુધારો કરે અને દિન-દિન ઇચ્છા-નિરોધ થાય તેવા ત્યાગ-તપનો અભ્યાસ કરે. જોથી ઇન્દ્રિયો અને મન સંયમનમાં આવશે અને માનસિક સ્વસ્થતાનો અનુભવ થશે. જીવનવિકાસની આ જ સત્ય-શક્તિ છે.

● વિટામિન B એટલે BEAUTY

મુંદરતા : જો જીવન આગળ વધારવું હોય તો વિટામિન B જરૂરી છે. તમને જાણીયામાં જવું ગમે છે, કારણ કે ત્યાં મુંદર હવા છે, સ્વચ્છતા છે, બચસ્થા છે, મુંદરતા છે, ખીતેલી વનસ્પતિ છે, રંગબેરંગી પુષ્પો છે, પાણી છાંટીને જમીનની ઝરમી થાંત કરવાથી ચીતળતા હોય છે. મુંદર વેલ, કુંજો, વૃક્ષો, ઘટાઓ છે. પક્ષીઓ આનંદથી ત્યાં બેસે છે. આપણા જીવનને આપણે પણ જાણીએ જનાવી શકીએ. માનવજીવન ચૈતન્યમય છે,

છે ત્યારે જીવન ઉન્નત અને સાદું બને છે. આજે શિસ્તનો અભાવ થતો દેખાતો નથી શું? જ્યારે ગુરુમહારાજ ઉત્તમ તત્ત્વ સમજાવી રહ્યા હોય ત્યારે શ્રોતાઓ વાતો કરશે ને અવાજ કરશે. ભલે ગમે તે સમાજ હોય પણ શિસ્ત દરેકને માટે અનિવાર્ય છે. શિસ્ત એ જીવનનું મહત્ત્વનું ઉપયોગી અંગ છે. જીવનજંગમાં કે આધ્યાત્મિક વિકાસમાં શિસ્ત હશે તો જ અવનવા પ્રકાશને પ્રાપ્ત કરી શકશું; શિસ્ત હશે તો જ ઉત્તરજના કરે, ધમંડી બનાવે, માટે આહાર અહંકારની ઉત્તરજના કરે, ધમંડી બનાવે, તામસ ભાવ જગાડે તેવો ઉન્માદક આહાર ન ભેઈએ. જીવનમાં શિસ્ત ન હોય તો શુભો શોભતા નથી. જ્યારે શિસ્ત-વિનય આવે તો બધા શુભોશોભી બિઠે છે. ધર્મનું મૂળ વિનય છે.

માદક પીણાંઓ અને વ્યસનોનો ત્યાગ કરવો ભેઈએ. એ શિસ્ત દેખાવવા માટે વિટામીન D જરૂરી છે.

● વિટામિન E = EDUCATION

જ્ઞાન : જ્ઞાનના બે પ્રકાર છે. એક બૌદ્ધિક સા અને બીજું આત્મિક જ્ઞાન. બૌદ્ધિક જ્ઞાન ખૂબ વધુ અને બૌદ્ધિક જ્ઞાનને અનુભવ ભેઈએ. આજે જ્ઞાનની કમી છે. જ્ઞાન એ અમૂલ્ય છે. સમુદ્રનું મહેલ કમળની અમૂલ્ય નીકળ્યું પણ જ્ઞાન તો સમુદ્ર વગર જીવન કેવળ અમૂલ્ય છે. અ. જ્ઞાન મૂલ્યનય બનાવવાની રીતિ આવી છે.

જ્ઞાન આત્માનું એવું ઐશ્વર્ય છે કે જેને કોઈ દુનિયાના બાહ્ય પદાર્થની અપેક્ષા નથી રહેતી. જ્ઞાની પુરુષને કોઈ ભય રહેતો નથી. વળી જ્ઞાન તો જેમ આપો તેમ વધતું બળ છે. જ્ઞાન જીવને સ-માર્ગનો પ્રકાશ આપનાર છે. સ-માર્ગે ચાલનાર આત્મા ઉત્તરોત્તર સુખી બને છે. માટે જીવનમાં જડતાં લાવનાર કંઠમૂળાદિ, માંસ-મદિરા, માખણ-મધ-ઈંડાં વગેરે અભક્ષ્ય પદાર્થોના ત્યાગ કરવો જરૂરી છે. બટાટા-ગાજર-સફરિયાં-આદિ-ફુગળી-લસણ વગેરેના કણકણમાં અનંત અનંત જીવો હોય છે. તેનું સોજન જીવનમાં જડતા, કઠોરતા અને પ્રમાદ લાવે છે.

જડતા આવે એટલે આત્મા વધુ પ્રમાદી બને, વિવધ-વિલાસી બને અને આત્માનું નૂર-ઝોજસ્ય શુભાવી ભેસે છે, માટે સાચાં વિદ્યામિનને જીભથી સાચું જ્ઞાન સંપાદન કરી જીવનનેા વિકાર-વાસનારૂપ કચરો ફર કરો અને આત્માને વધુને વધુ નિર્મલ-ઉજળો કરો એ E વિદ્યામિનનું સહસ્ય છે.

● વિદ્યામિન F = FEDELITY

વફાદારી : શેઠને ત્યાં નોકરી કરો છો તો વફાદારીથી કામ કરો છો ને ? સરકારી કોન્ટ્રાક્ટરનાં કામોમાં માણસો પૈસા પૂરા લઈ અને પુલો, રસ્તાઓ વગેરે બનાવતાં અઠધા પૈસા ઘર ભોગા 'કરી અને ખરાબ માલ વાપરે જેથી

દૂંક સમયમાં રસ્તા ખરાબ થઈ જાય છે તેમજ પૂલો પણ ભાંગી પડે છે.

માનવ સર્વશ્રેષ્ઠ પ્રાણી છે, બુદ્ધિશાળી છે. તેના જીવનમાં વફાદારી પહેલી હોવી જોઈએ.

કેટલાંક પશુઓમાં પણ વફાદારીનો ગુણ વિકસિત થયેલો જણાય છે. જેમ ફૂતરાને બટકું દોટલો નાખવાથી તે રાત દિવસ ધરની ચોકી ભરે છે.

નીતિના સાદા અને શુદ્ધ-સાત્ત્વિક ભોજનથી વફાદારીના ટકા વધે છે. જ્યારે અનીતિના ભોજનથી તેમજ દડાં માંસ-મચ્છી-મધ-માખણ-મદિરાના વિકૃત ભોજનથી વફાદારીના ટકા ઘટે છે, ખતમ થાય છે, ફૂરતા પ્રગટે છે અને વફાદારી વિસરી જાય છે. પછી વિશ્વાસઘાત કરનાં વાર લાગતી નથી. મનુષ્ય તેમ જ દરેક જીવો પ્રત્યે વફાદારી દાખવવી જરૂરી છે. એ માટે શુદ્ધ ભક્ત્ય આહારથી વફાદારીના ટકા વધારવા F વિટામિન ઉપયોગી છે.

● વિશામિત G = GENEROSITY

ઉદાહરણ : જ્યારે હૃદય ઉદાર જાન છે ત્યારે હું જાન્યે જાન, મન અને ધનથી કેમ મદદરૂપ થાઉં એવી જાનના જાહેર થાય છે. ખીચતી ભણાઈના ભાવ કોંચામાં ફિટી છે. હૃદયની કોમળતા વિના મ.ચી કદળાનો ભાવ આપતો નથી. અભદ્ય અન-પાન એ આત્માની કોમળતા-હૃદયનાં ચિહ્ન છે. અભદ્ય અન-પાનથી આત્મા કોમળ અને નિમ્ન બને જાય છે, જેથી તેને કોઈનું ખન

કરતું રમતવાત બની જાય છે. કોઈની રક્ષા કરવાના કે
 બચાવી લેવાના ભાવ જગતા નથી. જિલ્લું, તામસી
 શક્તિથી બીજાઓને કચરી નાખવાનું સહેલું બને છે.
 બીજાને કચરીને લતને સુખી કરવાનું સ્વપ્ન લાંબો
 સમય ટકતું નથી. પરંતુ બીજાને કચરવાથી બંધાયેલું
 અશુભ કર્મ આ જીવનમાં મોત પહેલાં ગંભીર બિમારીના
 દર્શન કરાવે છે. જેમ કાલસૌકરિક કસાઈ રોજના ૫૦૦
 પાકા મારવાની ફૂર હિંસા કરતો હતો. રાજદુકમથી એક
 દિવસ પણ દયા પાળવા તૈયાર ન હતો. જલાલકાદે કૂવામાં
 રખાયો. ત્યાં પણ માટીના પાકા બનાવી હાથથી મારી
 નાંખવાની ચેષ્ટા કરી. ખરેખર ! કઠોર-નિષ્ઠુર જીવોને
 સુધારવા ઘણું આટલું કામ છે. ભારે કર્મી બનેલો
 કાલસૌકરિક મૃત્યુ આવતાં અનેક ભયંકર રોગોથી ખીડા
 પામી રહ્યો છે. સુલસ પુત્ર તરફથી શરીરને, પાંચે ઇન્દ્રિયોને
 સુખ મળે એવી વિપુલ ધન ખર્ચી સઘળી યોજના છતાં
 સહુભર ચેન પકતું નથી. વેદના સહન ન થતાં પોકાર કરે
 રાખે છે. ખરેખર ! બીજા જીવોને ત્રાસ ભરી વેદના આખ્યા
 પછી જમારે પોતાને વેદના સોગવવાને અવસર આવે
 ■ ત્યારે ત્રાસ થઈ જાય છે કે બાઈ આવું દુઃખ કોઈને
 ન આપતો. માટે જાનીપુરુષો પહેલેથી આપણને ચેનવે
 છે કે અનંતા જીવોનો કે અસંખ્ય ત્રસજીવોનો કચર-
 ધાણ કરીને અભક્ષ્ય પદાર્થોનાં ખાન-પાન કરવા જેવાં
 નથી. કર્મનો નિયમ અક્ષર છે. સમયે સમયે આત્માને
 કર્મ બંધાય છે. અનંતા જીવોને અશાતા આપવાથી શાતા

કયાંથી મળશે ? બા જ્ઞાન હું ખ આપવાથી અનેકગણ
 હું ખ વેઠ્યા વિના નિકાચિત કર્મો દૂર થતાં નથી.
 કાલસૌકરિક કસાઈને શાંતિ માટે અભયકુમાર
 સૂચિત ઉપાયથી રેશમની શય્યા દૂર કરી તીક્ષ્ણ કાંટાની
 પથારીમાં સુવડાવ્યો, મધુર ફલોનાં રસપાન દૂર કરી
 ગટરનાં ગંધાતાં પાણી પીવરાવ્યાં, સુંગધી પદાર્થો દૂર કરી
 વિદ્યુતનો લેપ કરાવ્યો, ઠંડા પવન દૂર કરાઈ ગરમ વાતા-
 વરણમાં રખાવ્યો, કર્ણુ મધુર શબ્દો સંભળાવાના દૂર કરાઈ
 ગધેડા-ઊંટના ભેંકાર ભરેલા શબ્દો સંભળાવાયા, ત્યારે
 શાંતિ વળતાં હાથનો દમ ખેંચ્યો. જીવની કેવી કડુણા
 હર્દશા થઈ! મરીને નરકમાં ગયો. આવી હર્દશાથી
 બચવા જાનીઓ મહાહિંસાકારી અભક્ષ્યથી ખચી જવાની
 સલહ આપે છે તે તદ્દન સુક્તિયુક્ત છે.

સ્વાધ્યાય

‘આધ્યાત્મિક વિશામિત’ અંગેના પ્રશ્નો

- પ્રશ્ન ૧. જગતમાં કયા વસ્તુ પરિમિત છે અને તેથી શું કરવું?
૨. અભક્ષ્ય આંદાર સીંદુરનો દુઃખન છે તે સાબિત કરો.
૩. નારિયળા બીજરમાં રહેલા સફળાણાનું વર્ણન કરો.
૪. વિવિધતા અભાવ સમજાવી પરિચયિત કરો.
૫. જાનને સ્વચ્છ જ્ઞાન નરક કે જેલ જેલ ઉપયોગ કરવો ?
૬. આંદાર વિનિ-અભિનિત વિચારોને શું સંગ્રહ કરવો ?
૭. દેહ આંદાર જીવનમાં કિંમત જાણે છે તે સમજાવો

૪. અણાહારી પદ માટે માનવજીવન

જીવનનો હેતુ શો દોષો જોઈએ ?

આ જીવને અનાદિ કાળના આહાર સંસ્થાના સંસ્કારોને લીધે અનેક પ્રકારના આહારની, રસાસ્વાદની લીધે ઇચ્છા થાય છે. આહાર લીધા બાદ જોની આરી-નરસી પ્રતિક્રિયા પણ જીવ અનુભવે છે.

જેન દર્શનમાં અણાહારીપદ ઉપર વિશેષ બાર મૂકવામાં આવેલ છે. શરીર એ ધર્મક્રિયાનું વાહક છે માટે તેને ટકાવવા માટે આહારની જરૂરત છે, એ દષ્ટિએ તેને પોષણ આપવું પડે છે, પરંતુ તે પોષણ વિરહન બાવે, સહેજ પણ શરીરની મમતાના કારણે નહિ; પરંતુ તે વાહક-આસક્તિ છે, અને તેનાથી આત્મશુદ્ધિનું કામ સાધી લેવાનું છે માટે ટેકો આપવો જોઈએ.

આત્મા જે શરીરરૂપી ઘરમાં રહ્યો છે, તેને સંપૂર્ણ-પણે શુદ્ધ કરવા અને કાયમ માટે શરીરનું દુઃખદાયી બંધન દાખવા ભોજનમાં વિશેષ ધ્યાન જરૂરી છે. ઉત્તરોત્તર આહારની ઇચ્છા પણ ન રહે એટલી ઉચ્ચ કક્ષા સુધીના સમાધિના ભાવને પામી માનવજીવમાં રાત્રત્રીના પુરુષાર્થજનથી મોક્ષરૂપ મેળવવાનું છે.

આ માટે આહારની ત્રિવિધ-ત્રિવિધ દ્વિંસારહિત મુનિઓની નિર્દોષ ચર્ચા ઉત્તમ છે. જેમાં આહાર સંબંધી સાવધન = પાપવ્યાપારની પ્રવૃત્તિ કરવી—કસાવવી કે અનુ-મોદનની દોહી નથી, આ ઉત્કૃષ્ટ ચર્ચાનું પાલન સંયમીઓ

માટે છે. ઉત્કૃષ્ટ શ્રાવકચર્યાનું પાલન કરનાર સંવાસાનુભ
 શ્રાવક પણ આહાર સંબંધી દોષ લગાડતો નથી.
 હવે બાકી રહ્યો ધર્મશ્રદ્ધાળુ ગૃહસ્થ વર્ગ. એમન
 માટે જેમ બને તેમ આહાર સંબંધી અદ્ય આરંભ-
 સમારંભ, અધિક હિંસાવાળા અભક્ષ્ય આહારનો ત્યાગ
 તથા રસની આસક્તિના મારણ માટે તપ-ત્યાગ વગેરેનો
 અભ્યાસ કરવો જરૂરી છે. શરીરને જેવો આહાર આપીએ
 છીએ તે મુજબ રસ-લોહી બને છે. તે મુજબ મનની
 વિચારસરણી અને આત્માની પ્રકૃતિ-વિકૃતિ બને છે.
 આત્માનો મૂળ સ્વભાવ પ્રગટ કરવા માટે અતંતજ્ઞાની
 મહાપુરુષો પ્રથમ પાયામાં અભક્ષ્ય પદાર્થના ખાન-પાનનો
 સંપૂર્ણ ત્યાગ સાથે આહાર સંજ્ઞાને છૂતવા અહિંસા-
 સંયમ-તપ કેળવવાનું કહે છે. માટે શરીર એ આત્માનું
 હુશ્મન ન બની જાય તે માટે ખૂબ કાળજી કરવાની છે.
 અન્યથા અયોગ્ય આહારથી નાશવંત શરીર છટી જશે
 પણ તેના બદલામાં ઈર્ષ્યો આકરો દંડ દીધંકાળ સુધી
 આત્માને નવા નવા શરીરથી આકરો લોગવવાનો રહેશે.
 શરીરને આવવવા કેવો વિવેક જરૂરી છે તે દેહ
 અને આત્માના સંબંધ ઉપર જ્ઞાનાધર્મનું ઉદાહરણ :-

૫. “એક હેડમાં પુરાયેલા બે કેદીઓ”

રાજગૃહ નગરમાં ધન્ય નામે એક મોટો સાર્થવાહ રહેતો હતો. તેને બદ્રા નામની પત્ની હતી. તેમને મોટી વયે એક પુત્ર થયો. આ પુત્રની સંભાળ રાખવા માટે તેમણે પંથક નામના એક નોકરને પોતાના ઘેર રાખ્યો. આ નોકર પોતાને સોંપાયેલું કામ સારી રીતે કરતો હતો, એટલે શેઠનો વિશ્વાસપાત્ર બન્યો હતો.

તે જ નગરમાં ચંઠાળ જેવો ઘાતડી, અધંકર, વિશ્વાસઘાતી અને દયાહીન વિજય નામનો ચોર રહેતો હતો. તે તીર્થસ્થાનોને લૂંટતાં પણ અચકાતો નહિ, તો બીજાની નોં વાત જ રી કરવી ?

ધન્ય સાર્થવાહે પોતાના પુત્રનું નામ દેવદત્ત પાડ્યું, માબાપને તે એકનો એક પુત્ર અને તે પણ મોટી ઉંમરે થયેલો, તેથી બારે લાડકો હતો. બદ્રામાતાએ તેને માટે જાત જાનના અલંકારો તૈયાર કરાવ્યા હતા. એક વખતે સ્નાંનના નોકર પંથકે અલંકૃત દેવદત્તને લઈ બગીચામાં ફરવા ગયો, ત્યાં વિજય ચોરની નજર એ બાળક અને તેણે પહેરેલા અલંકારો પર પડી, એટલે તે લાગ જોઈ બાળકને પકડી બગીચામાંથી નાસી છૂટ્યો.

પંથકે મોટી વારમાં રોતો રોતો ઘરે આવ્યો અને બાળકના ચૂમ ચંપાના સમાચાર આપ્યા. આ સમાચાર સંભળતાં જ ધન્ય સાર્થવાહ અને તેની પત્ની બદ્રા

તે રાજ લોજનમાંથી થોડો ભાગ વિજય ચોરને આપવા લાગ્યો.

ધન્ય શેઠ માટે તેનો જૂનો નોકર પંચક હંમેશાં ધરેથી લોજન લઈ આવતો, તેણે શેઠનો આ બ્યવહાર પોતાની નજરે જોયો. ઘરે જઈ ભદ્રાને વાત કરી, આથી ભદ્રાને ભારે ગુસ્સો આવ્યો.

થોડા દિવસો બાદ શેઠ જ્યારે જોડમાંથી છૂટીને ઘેર આવ્યા, ત્યારે ભદ્રા શેઠાણીએ તેમની સાથે કંઈ પલ્લુ વાત ન કરી. આનું કારણ પૂછતાં ભદ્રા શેઠાણીએ કહ્યું : 'જો મારા પુત્રધાતકને નિત્ય પોતાના લોજનનો ભાગ આપે તેની સાથે બોલવાનું શું કામ ?'

ત્યારે ધન્ય સાર્યવાહે કહ્યું કે 'વિજય ચોરને મેં લોજનમાંથી ભાગ આપ્યો છે, તે વાત સાચી છે, પણ તે કંઈ તેના પ્રત્યેના રાગ અગર મિત્રભાવે નથી આપ્યો. હું અને તે બન્ને એક જ હેડમાં બંધાયેલા હોવાને લીધે મારું સ્વાસ્થ્ય સંભાળવાની ગરજ મેં તેને એ ભાગ આપેલો છે. આમ કયાં સિવાય બીજો કોઈ માર્ગ જ ન હતો. લગુશંકા અને ચૌચની હાજત વખતે એ જિજ્ઞાસુ થાય, તો હું શી રીતે જઈ શકું ? પ્રથમ મેં ખાવાનું આપવાની ના પાડી, ત્યારે તેણે જિજ્ઞાસવાની ના પાડી, એટલે નાઈલાજો મારે તેને ખાવાનું આપવું પડ્યું.'

આ જુલાસો સાંભળી ભદ્રાનું મન ચાંત થયું. આ કથાનો ઉપનય છે. છે જેમ વિજય ચોર ધન્યનો કાર્ય-

૬. અહિંસાથી રક્ષા અને હિંસાથી યુદ્ધ

જીવનનો દેશ તો અજ્ઞાહારીપદ પ્રાપ્ત કરવાનો છે. પણ તેવા ન થવાય ત્યાં સુધી વધુમાં વધુ અહિંસાનું પાલન થાય અને સારિવક જીવન જીવાય તે માટે આહારનો વિવેક જરૂરી છે. અન્નાહારી કે શાકાહારી જીવન પાછળ ઠડુણા છે, દયાનું ગરણું છે, ન્યારે માંસ-મચ્છી વગેરે અબક્ષ્ય પદાર્થોના આહાર પાછળ ઠઠેરતા-કૂરતા અને તામસ-ભાવની વૃદ્ધિ રહેલી છે. જોગજની શોધ પદાર્થ વિજ્ઞાનમાંથી થઈ છે તેમ અહિંસાની શોધ આત્મજ્ઞાન-માંથી થઈ છે. ભૌતિક પ્રયોગશાળામાં અણુશક્તિનું દર્શન થયું તો આધ્યાત્મિક પ્રયોગશાળામાં અહિંસાની અનંત શક્તિનું દર્શન થયું છે. શ્રમજી ભગવાન શ્રી મહાવીરસ્વામીએ ફરમાવ્યું કે—

‘આત્મવન્ સર્વં ભૂતેષુ સુખ-દુઃખે પ્રિયામિયે’

સ્વની જેમ બધા પ્રાણીઓમાં આત્માનું દર્શન કર. જેની પાસે આવી આંખ છે, આ દહિ છે તે સાચો માનવ છે. દુનિયાને લોહીની ધારાથી રંગતી બંધ કરવા માનવે સાચા માનવ બનવાનું છે. એને પ્રાણીપ્રેમ, પ્રાણી-બંધુતા તરફ લઈ જવાનો છે.

એક ખ્રિસ્તી બાઈએ કહ્યું ‘ભગવાને વિશ્વનાં પ્રાણીઓને માનવ માટે બનાવ્યાં છે. માનવ સૌથી મોટો,

એક મનુષ્ય ચીડિયાખાનું ભેવા ગયો. ત્યાં ભેયું કે જંગલી પશુઓ મૂરકિયાં કરતાં હતાં, અને હિંસક દષ્ટિ ફેરવતાં હતાં. એને વિચાર આવ્યો, હજારો વર્ષો થયાં પણ આ પશુઓ એવાં જ રૂંદ રહ્યાં. એમનો કોઈ વિકાસ જ નહિ !

જ્યારે માનવ માટે વિચારીએ તો : સર્પમાં ઝેર છે, વીંછીના ડંખમાં ઝેર છે, હડકાયા કૂતરામાં અને સમુદ્રમાં ઝેર છે...પરંતુ એથી વધીને અયોગ્ય ખાન-પાન કરનાર અસંખ્ય માનવ હૃદયમાં વધુ ઝેર છે. વીંછીનું ઝેર તો ઘોઠા સમયમાં ઉતરી જાય છે, પરંતુ મનુષ્યના મનનો ડંખ તો એટલો જીંઠો હોય છે કે તે ડંખ જ્યો મુશ્કેલ જની જાય છે.

મનુષ્ય અને પશુઓની કૂરતાની સરખામણી કરીએ તો એ બેમાં કેણું વધુ કૂર માલૂમ પડ્યો ? પશુએ વધુ માનવસંહાર કર્યો કે માનવે પશુઓનો વધુ સંહાર કર્યો છે ? આજનાં કતલખાનાંઓ અને વિલાસનાં સાધનોના આંકડાથી જંગલી પશુધીય કૂરતા-નિષ્કુરતા વધી છે. સુદમાં માનવોનો સંહાર ચાલતો રહ્યો છે.

પશુઓમાં પણ મોટો વર્ગ વનસ્પતિ અને ઘાસ ઉપર જીવન જીવનારો છે. જ્યારે આજનો માનવ કૂરતાના સંસ્કારે મનુષ્યના અસંખ્ય સુધી પહોંચી ગયો છે અને જાવિમાં ઘરડાના પાવ સુધી પહોંચી જાય તો નવાઈ

નહિ ! ખરેખર ! અયોગ્ય આહાર-વિહારનું, તામસ અને દ્વેષભાવનું કેટલું ઝેરભર્યું પરિણામ છે !

હૃદયની નિષ્કુરતાને દૂર કરવા અને હૃયામાં વાતસલ્ય-ભાવ પ્રગટાવવા શુદ્ધ આહાર-વિહાર પાયામાં જરૂરી છે.

કરુણાના ભંડાર શ્રીમહાવીર ભગવાનના સમવસરણમાં જન્મથી જ એકખીજનાં વૈરી પશુઓ જેવાં કે સિંહે અને હરણ, વાઘ અને બકરી, બિલાડી અને ઉંદર વગેરે વૈરભાવ ભૂલી જતાં. ભગવાનમાં સિદ્ધ થયેલી અહિંસાનો આ સાક્ષાત્ પ્રભાવ હતો.

‘ અહિંસા સન્નિધૌ વૈરત્યાગઃ ’ અર્થાત્ અહિંસક માનવી પાસે વૈર ટકી શકતું નથી. અંધારામાં દીવે. લઈને નીકળે તો તેનો પ્રકાશ તેને તો મળે છે, પરંતુ સામે આવનાર વ્યક્તિને પણ મળે છે. આ જ રીતે હૃદયમાં મિથ્યાત્વનો, રાગ અને દ્વેષનો અંધકાર ફેલાયેલ છે ત્યારે પ્રેમ-વાતસલ્યનો દીવો લઈને આલીશું તો સ્વ-પરને પ્રકાશ આપી સૌનાં જીવન ઊજળી શક્યું.

આજે વિજ્ઞાને શોધેલ Atombomb વિશ્વને ખાવા મરે તોયાર છે. આપણામાં અહિંસાની, દયાની, કોમળતાની ભાવના સંકોચે તો સુદનો અંત આવશે, સાચી શાંતિ ફેલાશે. અન્યથા કઠોરતા-નિષ્કુરતાથી વિશ્વને વિનાશ થઈ જતાં વાર લાગશે નહિ.

સ્વાધ્યાય

અક્ષર ૧. ન ત્વં નિ મેઘાન્નતઃ કિંતુ કયોયં નિ મેઘાન્નતઃ તરોઃ ત્વં
કિંતુ ન ત્વં નિ મેઘાન્નતઃ

૨. અદિસાની જરૂરત શા માટે ? શું કરવાથી અદિસા પ્રાપ્ત થાય ? દિસાનું પરિણામ કેવું આવે ?
૩. કેવા આદારથી જીવિમાં વિપરીતતા આવી છે તે સમજાવો.
૪. સુદનું મૂળ ક્યાં રહેતું છે ? તેને કેવી રીતે દૂર દરસો ?

૭. સંયમનું તાળું

સંયમરૂપી તાળાથી નીપજતા ફાયદા— :

તાળાં, દવાખાનાં, જેલખાનાં અને વકીલોનાં પાટિયાં એ બધી આપણી સામાજિક પાપની નિયાનીઓ છે.

તિલોરીને તાળું મારવાને બદલે માનવીએ જો વાસનાને તાળું મારવાનો મહાવરો રાખ્યો હોત તો એની આજ્ઞા જેવી દુર્દેશા થઈ ન હોત.

વાસનાને તાળું માર્યા પછી બીજા કોઈ પણ જગાએ તાળું મારવાની જરૂરિયાત હોવી થઈ ન હોત.

પરંતુ માનવીએ તો વાસનાને જો લગભગ છૂટ આપી અને તિલોરીને તાળાં માર્યાં તેથી જ અનેક પ્રકારની વિટ્ટિઓ પેદા થઈ છે.

તિલોરીને તાળું ના હોય તો કેદાય રોકડ મૂકી અગર જરૂર-ઝવેરાત ચોરાઈ જાય, પરંતુ વાસનાને સંયમનું તાળું ન હોવાને લીધે તો માનવીની સઘળી જીવન-મૂંઝીક...શુષ્ક-સંસ્કાર-આરિત્ર લૂંટાઈ જાય છે.

આંતરિક ગુણવૈભવનું જતન થશે. શરીર નિરોગી, મન પ્રસન્ન અને આત્મા સ્વસ્થ બનશે.

૮. સદ્-અસદ્ આહારનાં પરિણામ

મન અને આત્માનો આહાર અને ક્ષાયકા:—

શરીરના પોષણથી બધે શારીરિક શક્તિ વધારીએ પરંતુ માનસિક અને આત્મિક બળ માટે સૂક્ષ્મ આહારની જરૂર પડે છે, જે વ્યક્તિનું મન મજબૂત નથી એના આત્મામાં બળ નથી હોતું, એ શરીરે સુદૃઢ હોવા છતાં પણ નિર્બળ જ હોયે.

સામાન્ય રીતે મનુષ્ય આ વિષે વિચારતો નથી પરંતુ સંતો, સાધકો અને જીવનવિકાસની દૃષ્ટિ ધરાવતી વ્યક્તિઓ, મન અને આત્માના આહાર માટે સદા જાગૃત રહે છે. આત્મશુદ્ધિ-આત્મજ્ઞાન અને આત્મરમણતા પ્રગટે તેવા નિર્મલ વિચાર અને આચારના માધ્યમથી આત્મા અને મનની જૂખ-તરસ છિપાવી એને બળવાન બનાવે છે. જંગલ અને ગુફાઓમાં તપસ્યા કરનારા ઋષિઓ અને મહિનાઓ સુધી ઉપવાસ કરનારા સંતો સ્પષ્ટ શરીરના સ્વૂક્ષ્ણ આહારને તથા દર્ષ, મન અને આત્માને સારિષક તત્ત્વ-ચિંતનનો, પરમાત્માના પ્રવિધાનનો, શુભ ધ્યાનનો આહાર પ્રદાન કરે છે. શરીરે નિર્બળ થઈ જવા છતાં એમના ચહેરાનું તેજ, પ્રસન્નતા અને વાણીની

દુર્ભાગ્યે આ અધિતકર માનસિક સ્થિતિ સર્વત્ર જોવામાં આવી રહી છે. બાળકો, કિશોરો અને યુવાનોનું મન હલકા ચિંતનરૂપ ખેરાકને જ ગ્રહણ કરી રહ્યું છે. જેનું પરિણામ અસંતોષ, વિકૃત દશા, અસાંતતા, ધૂણા, કંકાસ અને કટવાશ રૂપે આપણી સમક્ષ છે. જ્યારે મન જ સ્વસ્થ ન હોય તો આત્માની સ્વસ્થતા, નિર્મળતા કે ઉન્નતતા કેવી રીતે સંભવે? સદ્સાહિત્યની જગ્યાએ નવી પેઢીને સિને-પત્રિકાઓ, સદ્ચિંતનના બહામાં સમાચારપત્ર અને સંવૃણુકની સદ્ગ્રંથોને બદલે હીરો-હીરોઈનોનાં અર્ધનગ્ન વિકારી દરથો, ખુફિયમના આકર્ષક મળી રહ્યા છે. જેનાથી પ્રજાની પડતી અને સાંત્વિત્વનો નાશ થઈ રહ્યો છે.

પરિણામે વિદેશની જેમ સદાચારહીનતા અને સંસ્કાર-હીનતા ઉત્તરોત્તર વૃદ્ધિ પામતી જાય છે. સંસ્કૃતિપ્રધાન ભારત દેશને માટે આ કંલકનો વિષય છે. બુદ્ધિશાળી આત્માઓએ પાણી પહેલાં પાણ બાંધી મન અને આત્માનું જતન થાય, ઉત્થાન થાય તે રીતે હૃદય વિચાર-આચારથી જીવનનું ઘડતર કરવું જોઈએ. મનુષ્ય જીવનને સફળ બનાવવા માટે 'Simple Living and high thinking' નો મંત્ર આત્મસાત્ કરવો જોઈએ.

● અસદ્-આદારના પરિણામે વિચાર, લાગણી અને દરબાસ ઉપર થતો ખાડો અસરો :— અજાણ્ય પદાર્થોના જ્ઞાન-પ્રાપ્તિ મનનું સાંવશ્ય, ચિંતાવિકાર, આવેગ,

ભાવના, લાગણીઓ, વિચાર ઇત્યાદિ શરીરસ્થ સપ્ત ધાતુઓમાં અને અંતઃસ્ત્રાવી ગ્રંથિઓમાં રાસાયનિક પરિવર્તન થાય છે. The emotions have their biochemistry : સીડ-રીસ, ઉત્તાપ-ભડકવું, ખીજવું, બબડવું, કઠળવું, ઝૂરવું, બળવું, ઈર્ષ્યા, અદેખાઈ, ઝેર, તોર, અનૂન, પ્રકોપ, તીવ્ર લાલસા, નિંદા, બદબો, શ્રાપ દેવા, કટુવચન કહેવાં, ગાળો ભાંડવી... ઇત્યાદિથી મનુષ્યનું અંતર બળભળી ઊઠે છે. હૃદયની ધડકનમાં વિકૃતિ પેદા થાય છે, નાડી ઉછાળા મારે છે, અગર અનિયમિત બની જાય છે, શ્વાસ-પ્રશ્વાસ ત્વરિત ને છીછરાં ચાલે છે, શરીરના વિવિધ રસો સુકાઈ જાય છે, અને અંતઃસ્ત્રાવી પિંડોમાંથી કેટલાકની ક્રિયાઓ વેગવંતી, કેટલાકની મંદ પડી જાય છે. એ બધાને પરિણામે જીવનશક્તિનો ઘણો જ ક્ષય થાય છે. આવરદા (આયુષ્ય) ઘટે છે. ટૂંકમાં અભક્ષ્યના ખાનપાનથી • શરીર રોગિષ્ઠ બને છે, • મન કલુષિત થાય છે, • આત્માના પરિણામ બગડે છે. • મૃત્યુ અસમાધિવાળું બને છે, • પરલોક દુર્ગતિમય થાય છે, અને • ભાવિની જીવનયાત્રા દીર્ઘકાળ મુઠ્ઠી દુઃખદાયી નીવડે છે. માટે સાચી સમજણ મેળવી સર્વ અભક્ષ્યના ત્યાગ કરવો બધી રીતે હિતકર છે.

● શુદ્ધ-અભ્ય વનસ્પતિ અને ફલાદારથી થતા લાભો : શુભ લાગણીઓ, ભાવનાઓ, સદ્વિચારો, આત્મ-વિશ્વાસ, શ્રદ્ધા, બક્ષિ, દીર્ઘ, આનંદ, સ્નેહ, વાતસલ્ય, કમ, અશ્ન, ઉચ્ચાભિલાષ, શાંત વિચારપ્રવાહ અને ચિત્તની પ્રેરનારતા. જેનનાત્ર નયઃ મજ્જાસંસ્થાનને શાન્ત

કરે છે. મગજ અને જ્ઞાનવંતુઓનું સમન થાય છે. શરીરરક્ત રસોમાં એવાં રાસાયનિક તત્ત્વો ઉમેરાય છે જેનાથી શરીર એને મનની તુષ્ટિ તથા પુષ્ટિ થાય છે, અને જીવનશક્તિ સંચિત થાય છે, આયુષ્ય સંપૂર્ણ રહે છે.

મનુષ્યોનાં જીવનોનું સુદમ અન્વેષણ કર્યા પછી ડોક્ટર રેમોન્ડ પર્લ કહે છે કે ‘ચિંતા-ફિકરની ટ્રેવ વગરના અને સ્વભાવે પ્રસન્નચિત્ત-સ્થિતપ્રજ્ઞ જેવી જેની પ્રકૃતિ હોય, તપસ્વી-બ્રહ્મચારી-સંયમી હોય તેવાં મનુષ્યો અતિ દીર્ઘાયુધીઓમાં ધણા મોટા પ્રમાણમાં મળી આવે છે, જે તથ્ય અથવા સત્ય ઘટના છે. દોડધામ, વ્યથતા ને વ્યાકુલતારહિત છતાં સમતાયુક્ત જીવન તેઓ જીવતાં હતાં.’ આ બધા ઉપરથી એ સાર નીકળે છે કે દીર્ઘ અને નિરોગી જીવન માટે માણસમાત્રે શુદ્ધ આહાર-વિહાર, યમ-નિયમ-સંયમ, ત્યાગ-તપ તથા અનાસક્તિ કેળવવા જીવનભર પ્રયત્નશીલ રહેવું જોઈએ.

‘શુદ્ધ-આહાર-ભક્ષ્યથી • શરીર નિરોગી, • મન શાંત, • આત્મા સ્વસ્થ, • મૃત્યુ સમાધિમય અને • પરલોક સુદગતિમય બને છે. આ લાભ મહાનમાં મહાન છે.

૯, ધ્યાન સાથે આહારનો સંબંધ

ન માટે કઈ કઈ બાબતની જરૂર છે ?

ધ્યાનનો સંબંધ જેટલો મન સાથે છે તેટલો જ શરીર સાથે પણ છે. અસ્તક જેટલું હળવું હશે તેટલું

સ્વાધ્યાય.

- પ્રશ્ન ૧. બાળકના સંસ્કારો માટે કોણ જવાબદાર છે ? કેવી રીતે ?
 ૨. ગાંગેયની પ્રગતિના આધારસ્થંભો કયા હતા ?
 ૩. સંસ્કાર કઈ કઈ રીતે બગડે છે ? સંસ્કારને સુધારવા,
 જાતન કરવા કઈ યોજના કરવી જરૂરી છે ?

૧૧. “આહાર પરત્વે ધાર્મિક સિદ્ધાંતોનો અમલ

આચાર એ પ્રથમ ધર્મ :—

આહાર એ જીવનનો પહેલો અને મુખ્ય વ્યવહાર હોવાથી ધાર્મિક સિદ્ધાંતોનો અમલ તે પરત્વે થવો ઘટે છે. જેઓના આહાર, જેઓનું ભોજન કે જેઓનું ખાન-પાન શુદ્ધ નથી, તેનો આચાર શુદ્ધ નથી, અને જેનો આચાર શુદ્ધ નથી તેને ધર્મની પ્રાપ્તિ હુલ્લંક બને છે. કારણ કે આચાર એ જ ધર્મનું પહેલું પ્રશસ્ત પગથિયું છે.

કેવા વિચારોને વજન આપવું ?

નિયત થયેલાં આચાર પરત્વે લોકોની ખુદ્ધિ વ્યવસ્થિત રહેતી અને સમાજનું ધોરણ સારી રીતે જળવાઈ રહેતું. જે આચારે અત્યંત ઉત્તમ હતા અને તેને લીધે ભારતીય સમાજ પોતાનું ગૌરવ તથા પોતાની પ્રતિષ્ઠા રક્ષાવી શક્યો હતા, તે આચારો પ્રત્યે દિનદિન લોકોની આગ્રહની રત્ની છે અને સ્વચ્છંદાચાર કૂદકે ને ખૂસકે નથી ગણાવવાના.

વૃત્તિને પોષવાનો હેતુ ન રાખવો તે રસનેન્દ્રિય પરનો સંયમ છે અને આવો સંયમ, મન પર સંયમ રાખ્યા વિના કેળવી શકાતો નથી, એટલે તેમાં મનનો સંયમ પણ અંતર્ગત છે.

આહારમાં છ પ્રકારના રસો માનવામાં આવ્યા છે. (૧) મધુર એટલે મીઠો (૨) અમ્લ એટલે ખાટો (૩) લવણ એટલે ખારો (૪) તિક્ત એટલે કડવો (૫) કટુ એટલે તીખો અને (૬) કષાય એટલે તૂરો.

રસવૃદ્ધિ કે રસલોભુપતા એ આરોગ્યની દૃષ્ટિએ હાનિકારક છે. આહારનો ઉપયોગ આસક્તિથી કે અભણપણે ન કરવો જોઈએ. બરાબર સમજીને હિતકારક આહાર લેવો જોઈએ, કેમકે શરીર આહારમાંથી જ ખંધાય છે. મોહથી કે સ્વાદથી મીઠું લાગતું પણ અહિતકારક અને પરિણામે સુખનો નાશ કરનારું અભક્ષ્ય ખાન-પાન કે દોષ પણ વસ્તુનો ઉપયોગ ન કરવો જોઈએ. ગમે ત્યારે કે ગમે તેટલી વખત ન ખાતાં સમયસર જ ભોજન કરવું એ પણ એક પ્રકારનો સંયમ છે. આવા સંયમથી આરોગ્ય સારી રીતે જળવાઈ રહે છે. વિષમ-અશન એટલે અયોગ્ય રીતે અકાળે વિરુદ્ધ ખોરાક લેવાથી ઘણા કબ્જની રોગો ઉત્પન્ન થાય છે.

મધ્ય અને અમધ્યનો વિવેક મૂલી જવાથી શારીરિક-મનસિક દુઃખદ પરિસ્થિતિ બની રહી છે તથા સ્વચ્છંદી

નથી. સાત્ત્વિક ભક્ત્ય આહાર કરનાર મનુષ્ય અધ્યાત્મ-
માર્ગમાં દૃઢતાથી અગ્રસર થાય છે. જે અન્ન કે આહાર
બુદ્ધિવર્ધક હોય, વીર્યરક્ષક હોય, ઉત્તેજક ન હોય,
રક્તને કૃષિત ન કરે તેવો અને સુપાચ્ય હોય તે સાત્ત્વિક
કર્તવ્ય છે. આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ કરવાની (દમ) અને
નિગારણે પવિત્ર તથા મનને શાંત એવં પ્રસન્ન (ચમ)
રાખવા જેવો સંયમ સાધ્ય કરવાની ઇચ્છાવાળાએ, તેમ
જ દેવી તેજનો પાતાનામાં આવિષ્કાર થયેલો જોવાને ઉત્સુક
એવા સૌએ સાત્ત્વિક આહારનો જ નિયમ રાખવો જોઈએ.

૧૨. પ્રભાવશાળી નિપુણ

જગ્યાશયોનાં જળ મીઠાં થવાનું કારણ તથા
નિપુણાની અમત્કારિક બોધઃ કથા

અંગ નામે દેશ છે, તેમાં અંપ નામે નગરી છે,
ત્યાં મહામયીયો નામનો ન્યાયપરાયણ રાજા રાજ્ય કરે
છે. તેને બહુબુદ્ધિ નામનો મંત્રી છે, જે ધર્મનો પરમ
અનુગમી છે. અને રાજ્યનીનિમાં ધણે જ કુશળ છે. જ્યાં
જ્યાં ન્યાયી હોય અને મંત્રી કુશળ હોય ત્યાં પ્રજાને
કેઈ જાતનું દુઃખ ન હોય, એટલે અંપ નગરીનું લોકો
વધુ સ્થિતિ સ્થિર થઈને તથા અનંત-પ્રસાદમાં પાતાના
રાજ્ય પર ન કરે છે એવામાં એકવાર વિષ મિથુની વૃદ્ધિ
મળી એટલે તમને જાણ થયેલું જ્યાં વિષમિથુન મળે
ત્યાં નાસ્ત-મર્ગના મુકદ્દમો થયા અને દુઃખનો વાગળી

લીધી હોય તેમ સર્વ વનસ્પતિ મુકાર્ધ ગઈ. આથી સર્વ ત્ર
હાહાકાર વર્યો અને રાજા તથા મંત્રી ઘણા ચિંતાતુર
થઈ ગયા. અનાજ તો સંઘચુરું હોય તે ઠામ લાગે પણ
પાણીનું શું કરવું ? તે એક મોટી મુશ્કેલીનો વિષય થઈ
પડ્યો. પાણીનાં ટાંકા તો અમીર હમરાવ અને શ્રીમતોના
ઘરમાં હોય, પણ સામાન્ય પ્રજાજનનો નિવાંહ તેનાથી
કેમ થાય ? એટલે રાજાએ ભેરીએને તેડાવ્યા અને
ભેરી ભેવડાવ્યા કે મીઠા જળની વૃષ્ટિ ક્યારે થશે ? ભેરી-
એએ લાંબાં ટીપણાં ઉઠેલ્યાં અને ધન, મકર, કુંભ,
મીનની ગણતરીઓ કરી. વળી પુરાણી પોથીઓ ભેઈ
અને પાટીમાં ધંત્રો ચિતર્યા પણ મીઠા જળની વૃષ્ટિ
ક્યારે થશે, તે કોઈ કહી શક્યું નહિ. આથી રાજાની
ચિંતામાં વધારો થયો અને મંત્રીની નિદ્રા ભીડી ગઈ.
જેના ઠેવામાં હરદમ પ્રજાહિતની ચિંતા હોય, તેને આવા
પ્રસંગે કાંઈ કેમ આવે ?

આ પ્રમાણે અંધાનગરીમાં ગ્રસીજત અને મુશ્કેલીનું
વાતાવરણ બાપી રહ્યું છે. ત્યાં એક પ્રાતાઃકાળે વનપાલ-
કેએ આવીને વધામણી આપી કે ‘મહારાજ ! મુકાર્ધ ગયેલી
સર્વે વનસ્પતિ નવપલ્લવિત થઈ ગઈ ॥ અને બાગ-બગી-
ચાએ પહેલાંની જેમ ફૂલ-ફૂલથી સુશોભિત બ-પા છે.’
જલાશયોના રક્ષકેએ આવીને જણાવ્યું કે ‘કૃપાવંત !
વાવ, ફૂલ, તળાવ-અને સરોવરનાં જળ મીઠાં-થઈ ગયાં
છે.’ અને દોષપાળોએ આવીને ‘કહ્યું’ કે ‘પ્રભો ! સર્વ
એતરો-ધાન્યથી લીલાંછમરંગની ગયાં છે અને પાણીએ

કિલોલ કરવા લાગ્યાં છે.' તથા નગરરક્ષકોએ આવીને નિવેદન કર્યું કે 'ગરીબપરવર ! આજે પ્રજામાં આનંદ અને ઉત્સાહનું અનેરું વાતાવરણ વ્યાપી રહ્યું છે.' આમ ગારે જામુથી શુભ સમાચાર આવતાં રાજા અતિ આનંદમાં આવી ગયો, પણ આ ચમત્કાર શાથી બન્યો ? તે સમજી શક્યો નહિ. કોઈએ કહ્યું કે 'અમુક તપસ્વીનું તપ ફળ' છે.' કોઈએ કહ્યું કે 'અમુક યોગીની યોગસાધના ફળી છે.' કોઈએ કહ્યું કે 'આ પ્રભાવ મંત્રનો છે.' કોઈએ કહ્યું કે 'આ પ્રભાવ તંત્રનો છે.' કોઈએ કહ્યું કે 'આપણે અમુક દેવની પૂજા કરી હતી, તેનું આ ફળ છે.' કોઈએ કહ્યું કે 'આપણે અમુક દેવીની આરાધના કરી હતી, તેની આ દૃષ્ટિ છે.' આમ જુદા જુદા અનેક અભિપ્રાયો પ્રકટ થવા લાગ્યા, પણ તેમાંનો કોઈ અભિપ્રાય રાજાના મનનું સંતોષકારક સમાધાન કરી શક્યો નહિ.

એવામાં એક વનપાલકે આવીને વધામણી આપી કે 'નહારાજ ! નગર બહાર ઉદ્યાનમાં ત્રિકાળનું સર્વ જાતનું કેવલી ભગવાંત પધાર્યા છે.' એટલે રાજા અત્યંત મેગ મેન. એકે નગર બહાર ઉદ્યાનમાં ગયો અને સર્વજી ભગવાંતને વિધિમત્ર વંદન કરીને યોગમુદ્રાએ આંખિ ખોલે. પછી તેણે વિનવર્યું. પૂછ્યું કે 'હો ભગવાંત ! આ નગરમાં પ્રજાની રહેલું અમુલ્ય એકાએક દર કેમ થયું ? આ કેમ થયેલું ? કમજોર ? ત્યારે કેવલી ભગવાંતે કહ્યું 'હો રાજા ! મારું રાજ્યને અદ્યુષ્ટિ પ્રધાનને ત્યાં એક

પુત્રીનો જન્મ-યથો છે, તેના પુણ્ય પ્રભાવથી આ શુભ
ઘટના બની છે. તે પુત્રીનો પૂર્વજન્મ તું ધ્યાનથી સાંભળ.

પૂર્વે ભદ્રપુર નામના નગરમાં ભદ્ર નામે એક અને
ભદ્રા નામે એકાણી રહેતાં હતાં. તેમને મુલદા નામની
પુત્રી હતી. તે રૂપ અને લાવણ્યથી મનોહર હતી, પણ
રસનેન્દ્રિયની ગૃહિણે વશ થયેલી હતી, એટલે ભક્ત્યામક્યનો
વિવેક ક્યાં વિના ગમે તેવાં પત્ર, પુષ્પ અને કંઠમૂળ
વગેરેનું ભક્ષણ કરતી હતી. માતા-પિતા નિર્મથ પ્રવ-
ચનમાં માનનારાં હતાં, એટલે તેમના ઘરમાં અભક્ષ્ય
વસ્તુઓ આવતી ન હતી, પરંતુ તે નોકર-ચાકર પાસેથી
છાની રીતે મંગાવીને ખાતી હતી. આ વાત માતા-પિતાના
ભણવામાં આવી; એટલે તેમણે પુત્રીને શિખામણ આપી
કે ‘આપણા કૂળનો આચાર એવો છે કે અભક્ષ્ય કંઈ-
કંઈ ખાવાં નહિ, કંઠમૂળનું ભક્ષણ કરવું નહિ તેમજ
‘વિહત કે અલિપ્ત રસવાળી વસ્તુઓ, માંસ-મદિરા-મધ-
માખણ, રાત્રિસોજન, બોળઅથાણાં વગેરે રર પ્રકારના
અભક્ષ્ય પદાર્થો વાપરવા નહિ.’ પરંતુ મુલદા રસની
લાલસામાં હુણ્ણ હતી, એટલે તેણીએ શિખામણને સાંભળી
ન સાંભળી કરી અને પોતાની મદતિ આણુ રાખી.

કાલક્રમે યોગ્ય હંમરની યતાં, અભક્ષ્ય ખાવાની ટેવ
જુલાર્ધ બધા માટે તેનાં લગ્ન એક ધર્મિય કુટુંબમાં
કેરવામાં આવ્યાં. અહીં પણ તેને અભક્ષ્યનો નવવહાર
પ્રચલન રીતે આણુ રહ્યો, એટલે આર્મિક મદાવાળાં.

સાસરિયાંને અપ્રીતિ થઈ અને તેમણે તેને પિયર મોકલી આપી. માતા-પિતા સમજી ગયાં કે પુત્રીની જીભ વશ રહેતી નથી, તેનું આ પરિણામ છે. એટલે તેમણે તેને જ્ઞાની ગુરુણી મહારાજ પાસે રાખી અને તેને કોઈ પણ રીતે આચારમાં સ્થિર કરવા વિનયિત કરી. ગુરુણી મહારાજશ્રીએ બહુ યુક્તિપૂર્વક ૨૨ અલક્ષ્યનાં કટુકેશ સમજાવ્યાં, ત્યાંદે તેણે અલક્ષ્ય ન વાપરવાનો નિયમ લીધો.

એક દિવસ તે ગુરુણીજી મહારાજ પાસેથી સાસરે ચાલી ગઈ. સાસરિયાંઓએ એમ સમજીને તેને સ્થાન આપ્યું કે હવે તે જરૂર સુધરી હશે. પણ ‘ભૂલીનાં લખાણુ જાય નહિ’ એટલે તેણે એક દિવસ કંઠમૂળ વગેરે મંગાવીને ખાધાં અને તે વાતની સાસુને ખબર પડતાં તેને જાકારો લીધો. આથી પોતાને પિયર આવવા નીકળી. ત્યાં રસ્તામાં એક જંગલ આવ્યું અને તેમાં એક મનોહર દેવતાનું વૃક્ષ જોવામાં આવ્યું એટલે સુભદ્રાની દાઢ દગડી અને તેણે એ દેવો ખાધાં. પરંતુ એ દેવો એરી હત્યા અને પ્રાણનેા શીથ નાશ કરનારાં હતાં. તેથી સુભદ્રા મન્ય પાત્રી અને પાંદલી નરકે ગઈ.

એવે. જીવને વશ ન રાખતાં ગમે તેવે આદાર-વિહાર કરે, તેને મારું આ સિવાય બીજી કંઈ ગતિ નાહ ? ત્યાંથી નિર્ગોષાદિ બધા પાત્રીને બીજી નરકે ગઈ અને ત્યાંથી મર્યાદા જુદા, મર્યાદા, અત્યંત, સુખ, વીંછી, કામગા, મીઠા વગેરેના અનેક દુઃખદ બને; મર્યાદા આખરે લક્ષ્મીપુર

નગરમાં સદેમીધર ચોકની સદેમીવતી બારાની કૂખે પુત્રી
રૂપે અવતરી; નામ લાવાની રાખવામાં આનું.

પૂર્વજમાં ઘણાં પાપો કર્યા હતાં, વળી નિયમનો
ભંગ પણ કર્યો હતો, એટલે જન્મથી જ તેને મહારોગો
લાગુ પડ્યા અને તે જૂળ જૂળ રિંગાવા લાગી, પણ
આશુભરેખા ભગવાન હતી એટલે તે ધીટી ઘઈ અને
યુવાવસ્થામાં આવી, પરંતુ એ યુવાવસ્થા તેને શાપ સમાન
ઘઈ પડી, કારણ કે કોઈ એ તેનો હાથ ઘડણ કર્યો નહિ.
આથી આતંત નિશચ ઘઈને તે એક વિદુષી સાધ્વીજી
મહારાજ પાસે ઘઈ અને પૂછવા લાગી કે, આપની પાસે
એવું કોઈ ઔષધ છે કે જે મારી જન્મની વ્યાધિ દાલે ?
સાધ્વીજી ભગવતે હણું કે 'હા, અમારી પાસે એવું
ઔષધ છે કે આ જન્મના જ નહિ, પણ જન્મેજન્મના
વ્યાધિને દૂર કરે.' પછી તેમણે તેને ધર્મનો ઉપદેશ
દીધો અને વિરતિ એટલે મન-નિયમનું મહત્ત્વ સમજાવ્યું.
ત્યારે ભવાનીએ પ્રથમ કર્યો કે, આ મહારોગો કર્યા પાપોનું
ફળ હશે ? સાધ્વીજી ભગવતે અગિયારવળા હળા,
એટલે તેમણે તેના પૂર્વજનો કલ્પા અને અભરવનો નિયમ
ઘઈને કેવી રીતે ભાંગ્યો, તે વગેરે જણાવ્યું. આ હોઈને
સાંભળતાં ભવાનીને જનિરમરગુણન થયું અને પ્રતિજ્ઞા
પામી. સમસ્ત ભૂજ સર્વકોનાં જીવનનું મહત્ત્વ કર્યાં,
તથા સાતમાં એએએએએ એરિયાનું મનમાં સર્વ અભરવેનો
ત્યાગ કરીને મન યોગી બનવાનની જરૂરી વસ્તુઓની
જ હટ રાખી. તે આ રીતે :- પીવામાં ઘણું.

•ઉકાળેલું અગ્નિ પાણી અને તે પણ વાવતું, કક્ષત્રી
ચોખાનો ભાત, મગ, દોડીતું શાક, ગાયનાં દૂધ, ઘી અને
છાશ. ક્ષણમાં આંખળાં અને સ્વાદિમમાં માત્ર સોપારી.
ખાધી બધું ત્યાગ કર્યું”.

આ રીતે આકરું ત્રત ગ્રહણ કરીને તેનો યોગ્ય
નિર્વાર કરતી. તે પોતાનો ઘણોખરો સમય ધર્માશિષનમાં
જ પસાર કરવા લાગી, એવામાં પરીક્ષાર્થે દેવ વૈદ્યનું રૂપ
દરી આવ્યો અને તેણે ભવાનીની તળિયત જોઈને
જાણાવ્યું કે ‘હે પુત્રી ! તું આ અમૃતક્ષણનું ભક્ષણ કર
અને તેની સાથે મંત્રેલું પાણી પી, તો તારા સર્વ રોગો
જામળથી નાશ પામશે. પરંતુ નિયમને દૃઢ રીતે વળગી
રહેનારી ભવાનીએ તેની વાતનો સ્વીકાર કર્યો નહિ,
એટલે માતાપિતાએ તથા કુટુંબીઓએ જાણાવ્યું કે ‘આ
અવસર ગુરૂવા જેવો નથી. આવા વૈદ્ય અને આવા
ઔષધ. ફરી ફરીને મળતાં નથી.’ પ્રત્યુત્તરમાં ભવાનીએ
કહ્યું કે, ‘આ જગતમાં આદિત જેવા દોષ વૈદ્ય નથી કે
જે જન્મ-મરણનો રોગ મારાટે છે, અને જિનધર્મ જેવું
દોષ ઔષધ નથી કે જેનું મેવન કરવાથી અનાદિનો કર્મનો
મહાગોળ છાંટી જાય.’ મ.ટે આ ઔષધથી કહ્યું. હું
તે નાસ્ત નિયમને અન્યથે પાળીશ. આ પ્રસંગે તેની
દાન જોઈને મત-પિતા તથા કુટુંબીઓ કંઈક ગેર
સમજી, પણ તે જ વખતે દેવ-દેવ પોતાનું સ્વરૂપ
દર્શાવી દરીને જાણાવ્યું કે ‘મિત્ર અન્ન દેવતા. મુખર્થ.
જ્યેષ્ઠીને દુદ્ધાન્ન જે પાન મોજર્થ દરી, તે નાસ્ત

સાચી પડી છે અને તેથી હું ઘણો જ પ્રસન્ન થયો છું.'
 એમ કહીને દેવે સ્વચ્છતિથી બવાનીની કાવાને રોગરહિત
 કરી અને કંચનવસ્ત્રી બનાવી દીધી. આ બનાવથી પ્રભા-
 વિત થયેલા અનેક લોકોએ અભરુચનો ત્યાગ કર્યો અને
 અન્ય મત - નિયમો પણ મૂકી દીધા. પછી તેના
 પિતાએ બવાનીનાં કુલવાન યુવાન એકીપુત્ર સાથે લગ્ન કર્યા.
 કાળે કરી એક સંતાનને જન્મ આપ્યો. પછી બવાનીની
 સમજાવટથી તેનો પતિ જૈન ધર્મમાં દૃઢ આસ્થાવાળો
 થયો, અને પરસ્પર બંને જણાંએ હ્રદયસ્પર્શમત પાળવાનો
 નિર્ણય કર્યો. ધર્મ અને પુણ્યના પ્રભાવે તેમના ધરમાં
 લક્ષ્મી વધવા લાગી, જેનો ઉપયોગ તેઓએ સાતદેવતામાં
 કર્યો. અંતે સમાધિ મુરતિ પ.મીને તેઓ બારમા દેવલોકે
 ઉત્પન્ન થયાં, ત્યાંથી બવાનીનો દુલ્લભ અવીને હે રાજા!
 આ બહુપુત્રિ મંત્રીને ઘેર પુત્રીરૂપે અવતર્યો છે. પુણ્યના
 પ્રભાવથી શું નથી થયું ?'

કેવલી બગવંતની આ વાણી સાંભળીને રાજા વગેરે સૌ
 ધર્મમાં દૃઢ આસ્થાવાળાં થયાં અને મંત્રીએ પુત્રીનું ગૌત્ર-
 દેવીના જેવું બહુમાન કરવા લાગ્યો. તેનું નામ નિપુણા
 રાખવામાં આવ્યું અને તે ખરેખર સર્વ કલાઓમાં નિપુણ
 નીવડી, જેના પુણ્યભાવથી અશુભ જલાદિ મીડાં-શુભ
 યર્ષ ગયાં, અને સર્વ ત્રયશબ્દ પ્રસર્યો. જેમ જેમ મેઢી
 યર્ષ તેમ તેમ જ્ઞાનનો સ્વયંપ્રકાશ વધતો ગયો.

એક વાર રાજસભામાં દુઃર્ષ વાદી આવ્યો, જેણે
 અનેક દેશના વાદીઓને હાલેલા હતા. તેણે રાજાને કહ્યું

કે ‘તમારા નગરમાં કોઈ વાદી છે કે જોની સાથે હું વાદ કરું ?’ ત્યારે રાજાએ કહ્યું કે ‘કાલે કોઈ સમર્થ વાદીને જોલાવીને તમારી સાથે વાદ કરીશું.’ પછી વાદીની શોધ આવી, પણ કોઈ સમર્થ વાદી જોવામાં આવ્યો નહિ. આથી મંત્રી ઘણો ચિંતાતુર થઈ ને ઘેર આવ્યો. ત્યારે નિયુજાએ તેમની આ ચિંતાતુર હાલત જોઈ ને પૂછ્યું કે ‘પિતાજી ! જોવી તે શું ચિંતા ઉપસ્થિત થઈ છે કે આપ આટલા બધા ચિંતાતુર બની ગયા છો ?’ ત્યારે મંત્રીએ જાનેલી દર્શકન કહી સાંભળાવી. તે સાંભળીને નિયુજાએ કહ્યું કે, ‘પિતાજી આપ સઘળી ચિંતા દૂર કરો, હું કાલે એ વાદી સાથે વાદ કરીશ અને વિજય મેળવીશ.’

પછી બીજા દિવસે રાજસભા સમક્ષ નિયુજાએ પેલા વાદી સાથે વાદ કર્યો.

વાદી : (૧) હે જાલિશ ! તું વિચાર કરીને કહે કે—પાણીના પગના આધારથી ત્રણ લોક કંપી ઉઠ્યા, એ કેવી રીતે ?

નિયુજા :— અહો ! એમાં શી મોટી વાત છે. જોનનાં ત્રણકેડનું ચિત્રામણ ચિત્રયું હતું તેની નીચે પાણીનું કુંડું હતું, તે પાણીમાં જોડી આબીના પગ નહોતો. પાણી દોડી ગયું. તે સાથે પાણીમાં પડ્યાના કુંડા પડેલા ત્રણ લોક કંપી ગયા.

વાદી : હે કન્યા ! તારા કાનૂના એક ખૂણમાં કીટીએ કોંઈને જાળમાં પાડ્યું. તે શું ?

નિપુણ :- એ વાત સત્ય છે પણ ક્યારે કે ક્યારે તું મને છતીય ત્યારે. (અર્થાત્ હું કારીય તો તારા જેવા વિદ્વાનની જગતના એક ખૂણા રૂપ આ દેશની તુલના ખૂણામાં રહેલી કીડી જેવી મેં જિંટ વરીકે તારી પ્રસિદ્ધિ કરી કહેવાયો.)

(૩) હે કન્યા ! બે સ્ત્રી અને બે પુરુષથી ઉત્પન્ન થયેલો એક મનુષ્ય અંદરથી કાળો અને બહારથી ઉજળો છે. દેવોને પણ હોય છે પરંતુ દેવ નથી. સર્વ વ્યવહારને નિર્વાહ કરનાર છે. સમુદ્ર પરંતુ જળથી બીવે છે, પગ વિનાનો છે પણ જમણ બહુ કરે છે, સર્વ વાત કહેનારો છે પણ મૌન છે, તેમ આકર હોવા છતાં જડ છે.

નિપુણ :-તો લેખ છે...જે શાહી અને કલમ એ બે સ્ત્રી તથા કાગળ અને હાથ એમ બે પુરુષથી લેખ લખાય છે. લખાયેલો પત્ર પીંટણું કરતાં અંદર કાળો ને બહાર ઉજળવડ છે. દેવોને પણ લેખ એટલે દેવ-આગ્ય હોય છે, પણ લેખ તે દેવ નથી. સર્વ વ્યવહારસાધક છે, તથા મુદ્ર=અક્ષર, સન્સહિત અર્થાત્ અક્ષરવાળો છે. પાણી પડે તો શાહીના અક્ષર આકાશ બાધ છે માટે જલથી ઠરે છે, પગ નથી છતાં દેશ-દેશાવર બાધ છે. શેષ વિગત મુગમ છે.

વાદી :-હે કન્યા ! એક પુરુષ અને ચાર સ્ત્રી મળીને ઉત્પન્ન થયેલી નારીજાતિ વસ્તુ કોઈને આપી હોય તો ગાદ અવાજ કરનારી અને ચરીરે સ્પર્શી જતાં દુઃખ કરનારી છે, કેળનારને વૈરભાવ ઉત્પન્ન કરનારી છે.

નિપુણ :-અપેટા=પાપક જે એક અંરૂદો (પુરુષ) અને ૪ આંગળી (સ્ત્રી)થી ઉત્પન્ન થાય છે.

નિપુણા :- હે વાદી આશ્ચર્યની વાત એ છે કે પયઃપેય શબ્દમાંથી વ્યંજન ઠાઠીએ તો તેને સર્વ જનો ઇચ્છે છે એટલું જ નહિ પણ ધર્મ-અર્થ-કામ એ ત્રણ વર્ગ સાધના પણ ઇચ્છે છે તો તે કયો શબ્દ ?

વાદી :- નિરુત્તર થયો.... ૬ માઃસની સુદત આપી. જવાબ ન જરૂરો...

નિપુણા કહે છે કે પયઃ શબ્દમાંથી વ્યંજન દૂર કરી અ + અ રહે એટલે આ થાય અને પેયા શબ્દમાંથી વ્યંજન ઠાઠતાં એ + આ રહે, તેની સંધિ દરતાં અયા થાય. તે આ સાથે ભોળવતાં આ + અયા = આયા. એટલે આત્મા થા મૌનિ પોતાનો આત્મા ગમે છે.

...વળેરે પ્રશ્નોથી વાદીને નિરુત્તર બતાવી પરાસ્ત કે એટલે સહુએ તેની પ્રશંસા કરી. રાજાએ નિપુણા ર લગ્ન કરી, તેને પદરાણી બનાવી. કાલક્રમે રાજરાણ વંશાગ્ય પાર્શ્વની દીક્ષા લીધી. સંયમ વ્રતનું નિરતિઃ પાલન કરીને પરમપદની પ્રાપ્તિ કરી.

નાતપર્યં કે અગદયનો ત્યાગ નિપુણાને મોક્ષ મેળવવામાં અત્યંત સહાયબૂત થયે, તેવી જ રીતે કેઈને મોક્ષાયજૂત થઈ શકે છે. આ કથાનો નિર્ણય અગદયનિદાનના નિર્ણય...

૧૩. રાત્રિભોજન-અનર્થકારી

ભારતના પ્રાચીન શાસકોએ ભોજન માટે ક્યા ક્યા નિયમો દર્શાવ્યા છે ?

જીવનને માટે ભોજન આવશ્યક છે. ભોજન વગર માણસનું શરીર ટકી શકતું નથી. ભોજનની પણ એક મર્યાદા છે. જીવન માટે ભોજન છે, નહિ કે ભોજન માટે જીવન ! દુઃખની વાત એ છે કે આ ભુગર્ભ ભોજન માટે જીવન યર્થગ્રસ્ત છે, આજનો માણસ ખાન-પાન વિશેના નિયમો ભૂલી ગયો છે. જે કંઈ સારું-ખરાબ ભોજન સામે આવે છે તે જરૂર જોઈને ખાઈ જાય છે. નથી જોને માંસ મત્થે ધુણા, નથી જોને મધ મત્થે તિરસ્કાર, બદલાબદલ વિષે તેને કંઈ જ ખબર નથી. ધર્મની વાત તો જવા દઈએ. આજે તો ભોજનના ચટકા પાછળ પડી, પેતાનું સ્વાસ્થ્ય પણ બગાડે છે, પછી દવાથીય ડોકાણું પડતું નથી. શરીર બગાડ્યું અને જીવન બગાડ્યું માટે ખૂબ જ સાવધાન બનવાની જરૂર છે.

આજનો માણસ સવારે પથારીમાંથી ઊઠતાં જ ખાવા લાગે છે અને આખો દિવસ પથુની જેમ ચરતો જ રહે છે. ઘેર ખાય છે, મિત્રોને ત્યાં ખાય છે, અંદે જગરમાં જઈને પણ ખાય છે. એ સાંજે ખાય છે, રાતે ખાય છે અને પથારીમાં સૂતાં સૂતાં પણ દૂધનો નાસ ગટગટાવી વાપ છે. પેટ પેટ કે પટારો ? રાત્રિ દિવસ પેટનો ખાટો ભર્યા જ રહે છે, છતાં પણ ચહેલે સંતોષ નથી.

ભારતના પ્રાચીન સામ્રાજ્યોએ લોજન વિષે બહુ સુંદર નિયમો રજૂ કર્યા છે. લોજનમાં શુદ્ધિ, પવિત્રતા, અને સ્વાસ્થ્યનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ, સ્વાદનું નહીં. માંસ અને શરાબ વગેરે અભક્ષ્ય પદાર્થો પ્રત્યે ઘૃણા રાખવી જોઈએ. શુદ્ધ લોજન પણ ભૂખ લાગે ત્યારે જ ખાવું જોઈએ. ભૂખ વિના લોજનનો એક કણ પણ પેટમાં નાખવો તે રોગને આમંત્રણ આપવા બરાબર છે. ભૂખ લાગવા છતાં પણ દિવસમાં બે ત્રણ વાર કરતાં વધારે વખત લોજન ન લેવું જોઈએ. એમાં રાત્રે લોજન તો કદી પણ ન લેવું જોઈએ,

જૈનધર્મમાં રાત્રિલોજનના નિષેધ પર બહુ ભાર મૂકવામાં આવ્યો છે. પ્રાચીનકાળમાં તો રાત્રિલોજન ન કરવું એ જૈનત્વની ઝોળખ માટેનું વિશિષ્ટ લક્ષણ હતું. વાન પાત્ર બરાબર છે. રાત્રિલોજનના ત્યાગથી જૈન તરીકેની ઝોળખ થતી. રાત્રિલોજન કરવામાં જૈનધર્મે સિંસાનો તથા આલોકમાં રોગથી, અને પરલોકમાં દુર્ગતિથી બગડવાનો મહાદોષ બતાવ્યો છે.

ઘણા એવા નાના સૂદમ જીવો હોય છે કે જે સૂર્ય-પ્રકાશમાં દષ્ટિગોચર થાય છે. પરંતુ રાત્રે દષ્ટિગોચર થઈ શકતા નથી. આથી એવા સૂદમ જીવો લોજનમાં પડે અને તેમને જાતે તે બહુ મોટો અનર્થ થાય છે. જે માનુષ્યે મનિહારાને ત્યાં જોઈ છે, તે કેઈ વખત આવા પ્રકારના રાત્રિલોજનને મનિહારાનું દોષથી દુષિત થઈ જાય છે. રાત્રિલોજનમાં અનેક સૂદમ જીવોની સિંસા થાય છે.

કેટલાક લોકો એવી દલીલ કરે છે કે ‘રાત્રિલોજનનેા નિવેધ સૂક્ષ્મ હોવાને ન બેઈ શકવાને કારણે જ કરવામાં આવે છે ને ? એ લાઈટ કરીએ પછી તો કાઈ હાનિ નથીને ? જવાબ એ કે લાઈટ હોવા છતાં હિંસાથી ભયી શકાતું નથી. દીપક, વીજળી અને ચંદ્રમા વગેરેનો પ્રકાશ ગમે તેટલો હોય છતાં તે સૂર્યપ્રકાશ જેવો સાર્વત્રિક, અખંડ-ઉજ્જવલ અને આરોગ્યપ્રદ નથી જ. હવરફા અને સ્વાસ્થ્યની દૃષ્ટિએ સૂર્યનો પ્રકાશ જ સૌથી વધુ ઉપયોગી છે. કેટલીક વાર આપણે દીપકની આગુબાજી અનેક હવજતુને બિડતાં બેઈએ છીએ. આથી લોજન કરતી વખતે એનાથી બચવું ખૂબ કઠિન બની જાય છે. ઇલેક્ટ્રિકના બોળા આગળ ધણાં લીલાં જતુઓ સેંકડોની સંખ્યામાં બિભરાર્થ જાય છે. બિડતાં-અચકાતાં લોજન ભેગાં રસોઈમાં-પ્રવાહીમાં પડે છે. ચોમાસામાં હરેકને સાક્ષાત્ અનુભવ થાય છે.

ત્યાગધર્મનું મૂળ અંતોષમાં છે. આ દૃષ્ટિએ પણ દિવસની બધી પ્રવૃત્તિઓ સાથે લોજનની પ્રવૃત્તિ પણ સમાપ્ત કરી દેવી બેઈએ. અને રાત્રે પેટને પૂર્ણ વિશ્રામ આપવો બેઈએ. આમ કરવાથી જિંદગી સારી આવે છે. શ્રદ્ધાચર્ચ પાઠનમાં સહાયતા મળે છે, અને બધી રીતે આરોગ્યની વૃદ્ધિ થાય છે. જૈનધર્મના આ નિયમમાં પૂર્ણતાઃ આધ્યાત્મિક અને વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિકોણ છે. શરીર શાસ્ત્રના રાતા પણ રાત્રિલોજનને બળ-બુદ્ધિ અને આધુન્યનો નાશ કરનારું બતાવે છે. રાત્રે, હૃદય અને નાભિ-

કમલ સંકોચાઈ જાય છે, આથી સૂર્યાસ્ત પછી લીધેલા ભોજનનું પાચન સારી રીતે થતું નથી.

ધર્મશાસ્ત્ર અને વૈદકશાસ્ત્રના ઊંડાણમાં ન જતાં જો આપણે સાધારણ રીતે જોઈએ તો રાત્રિભોજનથી ઘણી હાનિ થતી જોવામાં આવશે. આથી તે સર્વથા અનુચિત અને ત્યાગવા યોગ્ય ઠરે છે. ભોજનમાં કીડી આવે તો બુદ્ધિનો નાશ થાય છે, જૂ ખાવામાં આવી જાય તો જલોદર નામનો ભયંકર રોગ થાય છે, માખી પેટમાં જાય તો ઊલટી થાય છે, ગરોળીનું વિષ કે અંગ ખવાઈ જાય તો મરણ થાય છે. સંભાર ભરેલાં શાક વગેરેમાં વીંછી આવી જાય તો તાળવામાં છિદ્ર પડે છે, વાળ ગળામાં ચોંટી જાય તો સ્વરભંગ થાય, રોગીઝ જતું આવી જાય તો કેન્સર-લકવા વગેરે રોગ થાય છે. આવા અનેક દોષ રાત્રિભોજનમાં પ્રત્યક્ષ દષ્ટિગોચર થાય છે.

રાત્રિનું ભોજન એ આંધળાનું ભોજન છે. એક-બે નહીં ત્રણરો હુધરનાઓ રાત્રિ-ભોજનને લીધે બની છે, અને બનતી રહે છે. મેંકરો લોકો પેલાનું જીવન ગુમાવે છે.

મૈત્રાકન. બાકિયા. ગામમાં એક રાજ-કર્મચારીને ત્યાં પંડિતજી મહારાજ રમોઈ બતાવતા હતા. મહારાજનું નામ કીડીગમ. એક વખતે પંડિતનું શાક બતાવ્યું. બોલ્યાં મહારાજે. બરી તુવ. માં વધ. રુવ. માં અગ્નિ. અગ્નિનક મેક મરેલી તુવ. પડ પડી. તમે. ખુબ ગરમ થઈ ગયો. હવે. ગરમ ત. પડનારેન પ્રભુ ત્રીડી ગયા. ગરેલી મેક કીડી બોલ. તમે બની મરે. રાજ-કર્મચારી જમતા.

એકો તો તેની યાત્રીમાં પેલી ગરોળી પણ આવી. રાજ-
કર્મચારી ખીબઈ ગયા અને કપડો દેવા લાગ્યા, “હે
આગમુ ! તારાથી સ્ત્રીદાનાં ઘીંટિયાં પણ કઢાવાં નથી !”
એટલામાં તેના પગ ભેંચા. તરત જ તેમણે દીપક મંજાવી
પ્રકાશમાં ભેંચું તો ગરોળી દેખાઈ. તે કિવસથી એમની
આંખો ખૂલી ગઈ. રાત્રિભોજનનો સહા માટે ત્યાગ કર્યો.
દુર્ભાગ્યવશ ને તેણે ગરોળી આધી હોત તો કેટલો
અનર્થ થાત !

હમણાં તાજેતરમાં લઠ્ઠી પીનાસનાં અમદાવાદની
દોશિપટલમાં ૬૦૦ જેટલાં મરણ થયાં અને ખીબ સેંકડોની
કાવમ માટે આંખ ગઈ.

મહાશબ્દમાં ચાર મુખી મિત્રો રાત્રીના દરવા
નીકળ્યા. ચોરડીનો રસ પીવાતું મન થયું. રસવાળાને
ઝોડર આપ્યો. રસ પીધો અને મિનિટોમાં માણુ નીકળી
ગયો. ચારે મુવાનેનાં મા-બાપ, પરિવારને સખત આઘાત
લાગ્યો. રસવાળાને ત્યાં તપાસ કરતાં ચોરડીના કૂચામાં
નાનો આપ કચલાઈ ગયેલો મળ્યો, ત્યારે જાન થયું કે
રાત્રે રસ ન પીધો હોત તો આ દુષ્ટના ન બનત.
રાત્રે એવી જંતુઓ પોતાનો ખોરાક લેવા નીકળે છે.
તે રાત્રિના ખાન-પાનમાં જાણી જતાં આવું દુઃખદ પરિણામ
આવે છે.

આવા માઠાં પરિણામોથી સહંતર જમી જવા ઝાની
બગાવતો પડેલેથી જ અસહ્ય ત્યાગની વાત કરમાવે છે.
તેનું પાલન-જો કરે છે તેઓ અવશ્ય મુખી બને છે.

સ્વાધ્યાય

- પ્રશ્ન ૧. રાત્રિભોજન નિષેધમાં આધ્યાત્મિકતા સાથે વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિકોણની ચર્ચા કરો.
૨. રાત્રિભોજનથી થતાં નુકસાનો તગડકાવાર ચર્ચો.
૩. રાત્રિભોજન માટે પંડિતજીવું તથા ૪ યુવાનોનું દષ્ટાંત શી શીખ આપે છે ?

૧૪. આહારનો સુધારો જીવન સુધારવાનો પાયો છે.

વૈજ્ઞાનિક-આર્થિક અને સામાજિક રીતે
માંસાહારથી થતું નુકસાન.

વિજ્ઞાન અમેરિકા આદિ સુધરેલા પ્રદેશોમાં સામાજિક સુધારકો, વિદ્વાન ડોક્ટરો, પ્રસિદ્ધ ધર્માચાર્યો અને વિજ્ઞાન અને શરીરશાસ્ત્રના જ્ઞાનુનારઓ એકમતે જાહેર કરે છે કે આહારનો પ્રશ્ન તે આ યુગ માટે ખાસ મહત્વનો પ્રશ્ન છે. અને આહારના સુધારા ઉપર બધા નૈતિક, આર્થિક અને સામાજિક સુધારાઓનો આધાર રાખેલો છે. પ્રશ્ન એ પ્રદેશોમાં ધણી ગરબડ ઊભી થયેલી છે. તેનો સુધારો કરવા માટે આરોગ્યની બાબતમાં જેમ સારું છે તેમ જીવન શીખવે છે તેમ સુધારે કરે છે. વિદ્વાન ડોક્ટરો અને જ્ઞાનુનારોના મત મુજબ જીવન કે સ્વચ્છતા વગર ન રહેવાનું, દરેક દિવસે કાચડાં, દાણ તેવા ખેતરની પેદાશનું કરે છે; અને ખાંડ વગેરેનો મિશ્ર કરેલો અન્ન આરોગ્ય સુધારવાનું સાધન છે. દિવસની વખત કરે છે, અને તેથી નિદ્રાના સમય

આયુષ્ય ભોગવી પોતાનાં બાલબચ્ચાંઓને વારસામાં સદ્-
ગુણો અને નિરોગી છુવન ભોગવે તેવી રીતે આપતા
નથી છે, તે ખરેખર આનંદની વાત છે. પરંતુ હજુ
આપણા દેશમાં જો કે માનવજાતિને હૃદયોગી બીજા પ્રશ્નો
માટે યોગ્ય પ્રયાસો થાય છે. તો પણ ખોરાક જેવા ઉપ-
યોગી પ્રશ્નની બાબતમાં આંખ-મિંચામણાં કરાઈ ને સ્વાદ-
હોણપતાવશ ધામિંક કે આરોગ્યના નિયમોનો ભંગ કરાય
છે. ખોરાકની અસર ખાનાર ઉપર, ભવિષ્યની પ્રજા અને દેશ
ઉપર કેવા પ્રકારની થાય છે, તેનો વિચાર વિચારાઈ રહ્યો છે;
અને જે માંસાહારથી નુકસાનકારક પ્રમાણે ચાલુ કરાઈ છે
તે મહા અનર્થને સર્જનારી છે. આવા મુધાવાના પ્રગતિના
સમયમાં આરોગ્યની કે સર્વ રીતે સુખકર સંસ્કૃતિની
બિદરકારી કરવી તે જોટલું ચોચનીય છે તેટલું જ નુકસાન-
કારક છે.

ખોરાકનો હેતુ અને પ્રકાર : શરીરને ટકાવી રાખવા
ખોરાક એ જોઈ જિંદગીની જરૂરિયાત ગણાય છે. શરીર
તાંદુરસ્ત રહે, શરીરને જોઈ એ તેટલું પોષણ મળે,
મગજને પોષણ મળી તેમાં સારી ભાવનાઓ જન્મે એ
અને એવા બીજા ઘણા જ અગત્યના હેતુઓ ધ્યાનમાં
રાખી શુદ્ધ સાત્ત્વિક ખોરાકની પસંદગી થવી હોય તો
અત્યારે મનુષ્યોની જે કદંગી હાલત જણાય છે તે તદ્દન
બદલાઈ જઈ પૃથ્વી ઉપર સ્વર્ગ સમાન સુખો ભોગવી
શકાય.

ખાણરૂપ માંસાહારને મનુષ્યને લાયક ખોરાક મનાવેલો એ ધર્મદ્રોહ, આરોગ્યદ્રોહ અને નીતિદ્રોહ છે.

સાત્ત્વિકતાનો સમુદ્ર : ખીજી રીતે વિચારતાં અન્ન-ફલશાકનો ખોરાક કુદરતી અને સાદો હોવાથી શરીરને નિરોગી રાખે છે, અને નૈતિક દૃષ્ટિએ જોતાં ઊંચા સાત્ત્વિક ભાવોના અંકુરોને જન્મ આપે છે. સાત્ત્વિકતા જગતમાં પૂજ્ય છે અને યુગો સુધી પૂજશે, તે નિઃસંદેહ હોવાથી વિચારશીલ માણસો સાત્ત્વિકતાનો આશ્રય શોધે છે, અને સાત્ત્વિકતા અને તેનાથી કેળવાતા અનેક સદ્ગુણો બક્ષનાર અન્ન-ફળ-શાકનો ખોરાક સ્વીકારે છે. સાત્ત્વિકતા તે પરમાત્માની નજીક લઈ જનારો ગુણ છે. પ્રભુને ઓળખી પરમાત્મપદને મેળવવું તે જ્ઞાની માણસોના જીવનનું અંતિમ લક્ષ્ય હોવું જોઈએ. સાત્ત્વિક ખોરાક લેનારનાં બાલ-બચ્ચાઓ નિરોગી, લાંબું આયુષ્ય ભોગવી જગતમાં સારા માનવ તરીકે જીવન ગાળવા ભાગ્યશાળી બને છે.

પગ ઉપર કુદાડો અને દિલની દાનિ :

અમુક જાણના પછી જે દેશની નીતિ અને ધર્મ દર્શાવે છે તે દેશના વાસીઓ, નીતિ અને ધર્મની જડ બિંદી નાંખનાર અસંખ્ય પ્રાણીઓને, કચ્છરધાતુ કઢાવનાર તે અસંખ્ય રોગોને જન્મ આપનાર માંસાહારને શી રીતે કમવું કરી શકે? શું મનુષ્યને પ્રમુખી પડવા ન શકે? કે નીતિની કચ્છર ન દેવ? વળી પોતાની ભૂલ દોષના બાલ-બચ્ચાંની નૈતિક અને માનસિક

દેનતિ સાધવા ઇચ્છા ન હોય? અને જો તેમ હોય તો દેટલું આશ્ચર્ય, દેટલી અણસમજ, કે પરમાત્માથી દૂર રાખનાર, નીતિ ધર્મનો નાશ કરનાર, બાળકોમા અનીતિ અને અધર્મના અંકુરો ઉત્પન્ન કરનાર, નિર્દય ખોરાક માંસ, મગધી ઇંડાને હજુ પણ ન ઇટે? અને તેને માણસબંધનો કદો દુરમન જણી, તેને નાબૂદ કરવા નિશ્ચય ન કરે તો પોતાને હાથે પોતાનું જૂડું કરવા જેવું હાંસીપાત્ર વર્તન કહેવાય તેમાં શું સંદેહ?

સમાજનો સડો અને ભયંકર ઘાતકીપણું: દુનિયામાં માંસાહારી લોકોને માંસ પૂરું પાડવા માટે સમાજના એક ભાગને કસાર્થનો ધંધો સ્વીકારવો પડે છે. કસાર્થ શબ્દ જ ઘાતકીપણું બતાવનાર શબ્દ તરીકે સર્વને ભાગીનો છે, અને જગતમાં કસાર્થનો તરફ લોકોને સદ્ભાવ જાગતો નથી. આ રીતે સમાજના એક અંગને સડાવવાનો રોષ પણ માંસાહારીઓ ઉપર જ આવે છે. આ કસાર્થનો વર્ગ સમાજની સામાન્ય નીતિ ઉપર ધજી જ ખરાબ અસર કરે છે.

મી. મીડની એસ. બીધર્મ એક સ્થળે લખ્યું છે કે માંસાહારથી માણસની નૈતિક ભાવનાઓને ત્રીધી તેમ જ આડકતરી રીતે ઘણી ખરાબ અસર થાય છે. એ તો દેખીતું છે કે ન્યાં લોકોની નદીઓ ચાલી હોય, ન્યાં ઠાપા-ઠાપી જ થતી હોય ત્યાં લોકો પશુવૃત્તિવાળા, પાપાણુ-દુદયના અને રાક્ષસી બની જાય છે. તેમનાં બાળકોના મગજ પર પણ તેવા જ ઘાતકી અને નિષ્કુર સંસ્કારો

ખાળપણથી જ પેદા થાય છે, અને પછીથી ગુના; અધમતા, જંગલીપણું વગેરે અત્યાચારો પૂરજોશથી ચાલુ થાય છે. કાપાકાપી કે કતલથી, સમાજ કે પ્રજાની અધોગતિ થાય છે અને સામાજિક નીતિ નષ્ટ થાય છે તેમાં પણ શંકા નથી. આ કતલથી કર્ણાની નૈતિક ભાવનાઓ નાબૂદ થાય છે અને તેના દાખલા તરીકે, યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સમાં થતાં ખૂનોમાં કસાઈ લોકો વધારે ખૂન કરનારા જણાય છે.

માંસાહારની કનિષ્ઠતા : માંસ કોઈ ખેતરમાં ઉત્પન્ન થતું નથી. ઝાડ ઉપર ઊગતું નથી કે આકાશમાંથી વરસતું નથી. તે તો હરતાં ફરતાં પ્રાણીને જીવતાં મારીને એના શરીરમાંથી મેળવવામાં આવે છે. માણસના પગમાં કાંટો વાજે છે તો તે તેનું દર્દ સહન કરી શકતો નથી અને આખી રાત તરફે છે, તો બીજા નિરપરાધી મૂક જીવોની ગરદન પર છરી ચલાવવાની વેદના કેટલી ભયાનક હશે ? શું આ ક્રિયા ન્યાયસંગત છે ? જરા શાંત ચિત્તે તેના પ્રામાણિકપણે વિચાર કરો કે એ જીવોને કેટલું ભયંકર દર્દ થતું હશે ? પાતાની જીવના ક્ષણિક સ્વાદ માટે બીજા જીવોને રોડેસી નાંખવા એ કેટલું કનિષ્ઠ દુષ્ટ આચરણ છે ? જે માનવી કોઈને જીવન આપી શકતો નથી તે બીજાનું જીવન છીનવી લેવાનો તેને શા અધિકાર છે ?

આહાર-વિહારમાં થતી સાધારણ દિગ્મા પાતુ નિંદા નીચ છે તે. સ્વલ્પ પશુઓની દિગ્માએ કેટલું ભયંકર પાપ છે ? કસાઈ બચાવે ચકચકતો છરો લઈ મૂક પશુની ગરદન પર પ્રહાર કરે છે, તે દરમિયાન કેટલું ભયંકર અને અમાનવી.

હોય છે? સહુથી માણસ તો આવા રાક્ષસી દરયને પોતાની આંખે જોઈ પણ ચકતો નથી. ખૂનની નદી વહી રહી હોય, માંસનો ઢગલો પડયો હોય, હાડકાંઓ અહીં તહીં વિખરાયેલાં પડ્યાં હોય, લોહીથી ખરડાયેલું ચામડું અમે તેમ પડ્યું હોય, ઉપરથી ગ્રીધ વગેરે પક્ષીઓ ઉડતાં હોય, આ વર્ણિત દશામાં મનુષ્ય નહીં, રાક્ષસ જ કામ કરી શકે છે. આ કારણને લીધે જ યુરોપમાં પ્રતિષ્ઠિત ન્યાયાધીશ કસાર્થની સાક્ષી પણ સેતા નથી. જોની દષ્ટિમાં કસાર્થ એટલો નિર્દય યર્ષ ભય છે કે તે મનુષ્ય જ નથી રહેતો, હૃદયહીન નિર્દય મનુષ્યમાં માનવતા પણ ક્યાં હોઈ શકે?

● આર્થિક દષ્ટિએ પણ માંસાહાર દેશને માટે ઘાતક છે. ગાય, ભેંસ, બકરી વગેરે દેશ માટે બહુ ઉપયોગી પ્રાણી છે. માંસાહારીઓ દ્વારા જોનો સંહાર કરવો અનુચિત, બર્થકર અને આર્થિક રીતે દેશને પાચમાલ કરનારો છે.

ઉદાહરણ તરીકે ગાયને લઈએ. આપણને દૂધ, દહીં ધી, બજાદ, છાણુ વગેરે મળે છે. એક ગાયની આખી પેઢીથી ચાર લાખ, બોત્તેર હજાર, છસો માણસને સુખ મળે છે. અરવિશ્વાન-વિશ્વારદોએ બહુ બીજુવટ્ટી ગણતરી કરી છે. પ્રત્યેક ગાયના જન્મજરના દૂધથી ચોવીસ હજાર નવસો સાઠ માણસો એક વાર તૃપ્ત થાય છે. સરેરાશ

ખીલી ભિક્યા. શાકાહારીઓમાં માનસિક શક્તિનો વિકાસ પણ સારો થયો.

વધુ તો શું ? પણ ધાર્મિક, આર્થિક, સામાજિક અને આરોગ્યની દૃષ્ટિએ માંસાહાર સર્વથા વર્જ્ય છે. જે માણસ, પોતાને માણસ કહેડાવવાનો અધિકારી છે, એણે માંસ-ભક્ષણનો સદા માટે ત્યાગ કરવો જોઈએ.

૧૫. માંસાહારથી શક્તિનો ભ્રમ

[‘સંદેશ’ ૫-૯-૭૫ની સંસ્કાર પૂર્તિ જણાવે છે કે-]

માંસાહારથી શક્તિ મળે છે એ ભ્રમ છે :-

(૧) જેલાડીઓમાં જે ‘સ્ટેમિના’ (કૌવત) હોય છે તે માંસાહારથી આવે છે તેવી ખોટી માન્યતાને યાદે યુનિવર્સિટીના ડૉ. ધરવિંગ દ્વીશરે રદિયો આપ્યો છે. યાદે યુનિવર્સિટીના ૪૯ કસરતવીરો ઉપર પ્રયોગ કરતાં માત્રમ પડ્યું છે કે માંસાહારી કરતાં શાકાહારીમાં બમણો સ્ટેમિના હોય છે.

(૨) ઇન્ડરનેશનલ ઓરલેટ્રિક બોર્ડના માનદ મેડિકલ ઓફિસર ડૉ. એરોહ્ડ અગ્રામ્યાના કહેવા મુજબ શાકાહારનાં ફેવરી છે, પૂરતાં પ્રોટીન છે અને તમામ પ્રકારે સમતોલ વિષય મળે છે. તરબુરપર્થ, હોટ, કુસ્તી, વજન ઊંચકવું અને બાવળીકલની સ્પર્ધામાં ઘણા શાકાહારી કસરતવીરોએ મેટ્ર જીત્યા છે અને રેકર્ડ સ્થાપ્યા છે.

(૩) ૧૯૬૩ માં રોનાલ્ડ ઝુર્ગા ટ્રાઇડ નામના સાય-
કલિસ્ટ જે સાક્ષાદારી છે, તે ૧૫ વખત સાયકલ-સ્પર્ધામાં
પ્રથમ આવ્યા હતા. • ઓલિમ્પિક રમતોમાં નાનામાં
નાની ઉંમરે ગોલ્ડમેડલ મેળવનારા શ્રી સુરેશજી સાક્ષાદારી
હતા. • ૧૯૫૬માં મેવબોર્ન ખાતેની ૪૦૦ અને ૧૫૦૦
મીટરની દોડમાં પ્રથમ આવનારા પેલાડી સાક્ષાદારી હતા.
• ૧૯૬૦માં રાય ખાતેની ઓલિમ્પિકમાં પણ શ્રી
સુરેશજી ૪૦૦ મીટરની દોડમાં પ્રથમ આવ્યા હતા.
• ઇંગ્લીશ ખાડી તરનારા શ્રી બીલ પીકટિંગ સાક્ષાદારી
હતા. • જોરોલિયાના શ્રી એલેક્ઝાન્ડર મેકફરસન
વજન ઉંચકવામાં પ્રથમ આવ્યા હતા, તેને “થંગ એપોલો”નું
નિકુક મળ્યું. તેમણે ૨૨.૫ ટનના વજનવાળી ટ્રેનને
એકલે હાથે ઝેંચી હતી. વર્તમાનપરોથી જરેલ દ્રક તેમણે
દાંત વડે ઊંચકી હતી. • શ્રી એલેક્ઝાન્ડર સાક્ષાદારી
હતા. • જોની વેસ્ટમૂલર નામના વિશ્વ-તરણસ્પર્ધાના
ચેમ્પિયન સાક્ષાદારી હતા. • ઇંગ્લાંડના રાજાના એક
સમયના તબીબી મેનેજર જનરલ સર રોબર્ટ મેકફેડીસન
જાણતમાં આવ્યા ત્યારે ૧૯૩૬માં કારમીર ગયા હતા.
ત્યાંના લાંબુ આયુષ્ય લોભવતા કુંજા નામની જાતિના
હોકા મોટે ભાગે ધૂલુ કાઢ્યા વગરના ઘઉંના લોટની
રોટી, વાળું ફળ અને શાકભાજી ખાતા હતા તેમજ
બકરીનું દૂધ પીતા હતા.

(૪) ગાય અને ડુક્કરના માંસમાં અનેક જાતની ઝેરી
દવાઓ માંસમાં માલુમ પડી છે. ગાય કે બેંસ કે ડુક્કરને

(૧) ઈંડાં ઝેરથી ભરેલાં છે. (૨) તેમાં ડી.ડી.ટી.ના તત્વો છે. (૩) મહાત્મા ગાંધી કહે છે કે કોઈપણ ધર્મમાં માંસ-ઈંડાં ખાવાની આજ્ઞા નથી. (૪) હૃદયની બિમારી, હાઈ બ્લડપ્રેસર, પથરી વગેરે બિમારી થાય છે. (૫) રક્ત-વાહિનીમાં જખમ અને કઠોરતા ઉદ્ભવે છે. (૬) પિત્તાશયમાં પથરી થાય છે. (૭) ખરજવું અને લકવો થાય છે. (૮) પેટમાં સડો ઉત્પન્ન થાય છે. (૯) નાઇટ્રોજન અને ફોસ્ફોરિક એસિડને લઈ રોગ પ્રગટે છે. (૧૦) આંતરડાંના કીટાણુઓને ઝેરી બનાવે છે. અધિક ઈંડાં ઉત્પન્ન કરવાની યોજના શાપરૂપ ભયંકર છે. (૧૧) ડી. બી. તથા પેચિયના કીડા ઉત્પન્ન કરે છે. (૧૨) પાચનતંત્રને પ્રતિકૂળ છે. (૧૩) નિર્ઘયકૃત્ય અને ગર્ભહત્યા છે. (૧૪) કૂરતા પ્રગટે છે. (૧૫) નર-માદાને અશુચિ-મંળ છે, જે સ્વાસ્થ્યની હાનિ કરે છે. [સર્વપ્રિય જન કલ્યાણ સમિતિ, ૧૦૮, મોતીબજાર, ચાંદનીચોક દિલ્લી-૧૧૦૦૦૬. સંપાદક :- અક્ષયકુમાર જેન તરફથી ઈંડાંની ભયંકરતા માટે દિન્દી-ઇંગ્લીશ પુસ્તક સૌને વાંચી જવા ભલામણ છે.]

ઈંડાના સુરિક એસિડ ઝેરને લીધે પાચનશક્તિના મૂળમાંથી તાણ થાય છે, માટે ઈંડાને ખોરાકની માન્યતા આપનારું વિજ્ઞાન ન્યાયસંગત નથી....પરંતુ માનનીય અંગ્રેજીન વિજ્ઞાનના માર્ગે લઈ જનારું છે.

ઈંડામાં પેચિન્ડિયની શિંગા :-

(૧) દિલ્લી કલેક્ટર નરે, પદ્મ પેચિન્ડિય જરૂરના ધર્મ અને આજ્ઞાને

પ્રકૃતિનો નિયમ અટક છે. જેવું વાવશો તેવું લણશો, જીવેતો પ્રાણુધાતનું કષ્ટ પહોંચાડીને સુખી થઈ શકવું બિલકુલ અસંભવ છે. પરંતુ પ્રાણુધાતના દિંસક કૃત્યથી ભયંકર (કર્મદંડને) સમ થયા વિના રહેતા નથી, માટે ઈડાં કે માંસ ખાવ નહિ, કારણ કે એથી પંચેન્દ્રિય જીવનો ભોગ લેવો પડે છે. જે આલોકમાં આરોગ્યની દાનિ કરે છે અને પરલોકમાં નરકગતિ દેખાડે છે.

● જર્મનીના પ્રોફેસર એગનરવર્ગે ભોજનના સંશોધનમાં બતાવ્યું છે કે કેટલાક ખાદ્ય પદાર્થો કફ-બલ્લગમ કરે છે. તદ્દનુસાર ઈડાં ૫૧-૮૭ ટકા પ્રતિશત કફ ઉત્પન્ન કરે છે. જેટલા ખાદ્ય પદાર્થો છે તેમાં અધિક કફ કરનાર ઈડાં છે. આથી શરદી-તાવ-ખાંસી-દમ-ખુરસી, ગોનરિયા દ્યુકોરિયા ફેડા-કુન્સી ઇત્યાદિ રોગો થાય છે. કફની દૃષ્ટિએ ઈડાં ધણું ખતરનાક છે.—જીવદયા માસિક.

● બાળવયમાં ઈંડા જેવો મહા-રાજસિક ખોરાક આપવાથી જઠરની પાચનશક્તિનો સંપૂર્ણ નાશ થાય છે, બાળક રોગજન્ય રહે છે, શારીરિક વિકાસ અવરોધ પામે છે, તીવ્ર યાદશક્તિનો નાશ થાય છે, અને વિદ્યા-અભ્યાસમાં અંચળ બને છે.

● આંખની તેજસ્વિતા વધારવા માટે ઈંડાની દ્વિમાયત દરવામાં આવે છે, પરંતુ ઈંડાનું મેવન દરનાર બાળકોને માત્ર ૬-૭ વર્ષની કુમળી વયમાં જ અશ મા આપવાનું પ્રમાણ અનેકગણું વિગ્રેય છે. જે બાળકો ઈંડા ખાતાં નથી તેના દરનાં જે બાળકો ઈંડા ખાય છે તેઓની પાચનશક્તિનો સંપૂર્ણ અભાવ હોવાને લીધે પ્રજ્ઞા જ ગંભીર થાય છે. બાળકો તેમજ પ્રોફે અનેક રોગના ભોગ

ખને છે. એક માત્ર સુરિક એસિડના મારકણા વિખને લીધે જરની નળગાઈ તથા આમળ વધતાં કમળો, વાયુ, પથરી, પડુ, લોહીનું ફળાણ અને હૃદયરોગની બિમારી મોટા પ્રમાણમાં થાય છે. દરેક બ્યક્તિએ ઈંડાના સેવનથી હંમેશાં દૂર રહેવું જોઈએ. શક્તિની લલચામણી સલાહમાં આશાએને હોમી નાંખવા જેવું નથી.

સુરિક એસિડના મારક જેથી પાચનશક્તિને બાળીને ખાખ કરનાર ઈંડાને યોરાકમાં ખપાવવાં, એના જેવી મહામૂખતા બીજી કઈ હોઈ શકે? ઈંડા તો શું પણ સુરિક એસિક જેવાં બધાં જરો તરવોને લેપન્ન કરનાર કઈ પણ ખાવ પદાર્થને યોરાકમાં તો લેવાય નહીં.

અસહના જમાનામાં તો માછલી, માંસ, ઈંડાં વગેરેનો જઠમૂળથી સર્વથા યોરાકમાંથી હંમેશા ત્યાગ જ હતો. પુરાણ કાળમાં તો ઈંડાં વગેરે રાજસિક-તામસિક આહારને ધિક્કારવામાં આવતા હતા. ઈંડાને બદલે તાજાં ફળ, છુકોમેવો વગેરે મુખાનેને આપવામાં આવતાં. જેથી શક્તિ અને આશાએ સારાં રહેતાં.

આમ અનેક ગુઠસાનોથી પુરવાર થયેલ ઈંડાં ન ખાવા માટેની સાબિતી મુંબઈ ખાતેની હેરફેર ઇન્સ્ટીટ્યુટ 'પોપણ અને વાંદુરસી'માં કરેલ છે.

ડૉ. બર્ડએ જણાવ્યું છે કે કોલેજના વિદ્યાર્થી-એને 'સમજાવું છું કે ગામડાંનાં છેલ્લાંજો નિયામે બધ કે બેઠાર દૂરે ત્યારે બિવિધ વૃક્ષોનાં તાજાં ફળો છૂટથી ખાવ છે તથા ઘરમાં સાકાં અને શુદ્ધ યોરાકમાં અને

પોષક દ્રવ્યો મળી રહે છે. અને વળી ખુલ્લી હવા, સૂર્યનો તાપ, વહેતાં પાણી વગેરે તો મળે જ છે. જ્યારે એ લોકો શહેરમાં મજૂરી માટે રહેવા લાગે ત્યારે તેને એ બધી આમીષ કુદરતી ચીજો મળતી નથી. તેથી અનેક રોગ થાય છે અને વિટામિન આદિ દ્રવ્યો બહારથી હવે રૂપે ખાવાં પડે છે. તેમાં શક્તિના બહાને ઇંડાનું સેવન કરતાં તેઓ છવનભરની શક્તિને હુણી નાંખે તેવા વિવિધ રોગની સજ્જત પામે છે.

૧૭. ઝેર ન ખાવું હોય તો ઇંડા ન ખાય

ઇંડાં વિષે પ્રાથ્મિક તારણો અને સંશોધનો :—

કેલિફોર્નિયાના વૈજ્ઞાનિક ડૉ. કૈથરિન નિમ્મે તથા ડૉ. જે. અમેનબા સંશોધન પ્રયોગો પછી તેઓ અનિષ્કર્ષ પર પહોંચ્યા છે કે, ઇંડામાં હોલેસ્થેરોલ નામક ઝેર છે. આ ઝેર રક્તવાહિનીઓમાં છેદ-ઘાવ પાડે છે, એ કારણે તેના પર ગંદકી જામે છે તથા એનો માર્ગ માંકટો થઈ જાય છે અને સંવેદનશીલતા ઘટવાથી વૃદ્ધનું અવે છે. આ કારણે વ્યક્તિ ઇંડાં ખાવાથી ખૂબ જલ્દી વૃદ્ધ થઈ જાય છે અને એની વય વધી જાય છે. આનું વિવરણને અમેરિકાના કૈલેરિયા વિશ્વવિદ્યાલયે ડૉ. સ. ૧૯૬૭ માં જ સ્વાસ્થ્ય ખુલેટીનમાં પ્રગટ કરેલ છે.

ઇંગ્લાંડના ડોક્ટર રોબર્ટ ગ્રાસ, પ્રો. જોહાડા ડેવિડ સન ઇરવિંગ વગેરે વૈજ્ઞાનિકોએ પણ સંશોધન-પ્રયોગો કર્યા છે, જે આધારે એમણે સ્વીકાર્યું છે કે, ઇડાં ખાનારાઓ એના હાનિકારક પ્રભાવને કારણે પેચિય તથા મંદાગ્નિથી પીડાય છે; અને આગળ જતાં, આમાશયનો ક્ષય તથા આંતરડાંમાં સડો થાય છે.

ડો. ઇ. બી. એમ સી. (અમેરિકા) તથા ડો. ઇન્ડા (ઇંગ્લાંડ)એ પોતાનાં વિશ્વવિખ્યાત સ્વાસ્થ્ય-પુસ્તકો 'પાપલુનું નવીનતમ જ્ઞાન' અને 'રોગીઓની પ્રકૃતિ'માં સ્પષ્ટ સ્વીકાર કર્યો છે કે, ઇડાં મનુષ્ય માટે હેર છે. દેશિયમ તથા કાર્બોહાઇડ્રેટ ઇડાંમાં જોણું હોય છે, જેટલે પેટમાં સડે છે અને અનેક નવા રોગો પેદા કરે છે.

ઇંગ્લાંડના ડો. આર. જે પિલિયમ કહ્યું છે કે, 'શક્ય છે કે, ઇડાં ખાનારા લોકો શરૂઆતમાં પોતાને અધિક સ્વસ્થ અનુભવે છે અને બીજાઓને પણ તેમ લાગે, પરંતુ પાછળથી કેટલાય રોગના લોગ બને છે, જેમાં બ્લડપ્રેશર, હાર્ટએટેક, એકઝીમા, લકવા જેવા ભયાનક રોગ મંગટે છે.

મનુષ્યનું લોજન વનસ્પતિ, ફળ-ફૂલ તથા દૂધ જ છે. દીર્ઘજીવી થવાનો આ જ એકમાત્ર રાજમાર્ગ છે. પ્રજુદ વર્ગના વૈજ્ઞાનિક અને વિચારક ધીરે ધીરે માંસાહારથી યતી શારીરિક હાનિને સમજવો લાગ્યા છે. માંસાહારથી બૌદ્ધિક અને બાષાત્મક હાનિ તો એટલી બધી થાય છે કે તેની મુલનામાં, જો શરીરને નહિવત્ લાભ પણ થતો

(૭) ઇંડાંમાં નાઇટ્રોજન, ફેસફેરિક એસિડ અને ચરબી હોય છે, જેથી શરીરમાં તેજાળીપણું વધવાથી અનેક રોગો પેદા થાય છે.

—ડૉ. ગાવિંદરાજ

(૮) ઇંડાં ઘણા ગંદા પદાર્થમાંથી (નર-માદાના રજવીર્યાથી) પેદા થાય છે અને તે અશુચિરસથી ભરેલા હોય છે. જેને મનુષ્ય અડકવાનું પણ પસંદ કરતો નથી. આરોગ્યનો નાશ કરવામાં એનાથી વધારે બીજી કંઈ વસ્તુ હોઈ શકે ? એનો સ્વાદ લેવા જેવો નથી. (ફાઉ દેવધી જોગજ પૃષ્ઠ-૮).

—ડૉ. કામતાપ્રસાદ, અડીંગાજ [એટા] ઇન્ડિયા

(૯) ઇંડાંમાં કેલ્શિયમની અલ્પતા અને કાર્બોહાઈડ્રેટસ બિલકુલ ન હોવાના કારણે મોટા આંતરડામાં જતાં શરો પેદા કરે છે. (ન્યૂચર નોલેજ ઓફ ન્યુટ્રિશન પૃ. ૧૭૨, તથા ફાઉ દેવધી ચાર જોગજ પૃ-૬)

—ડૉ. ડી. વી. મૈક્રાલમ

(૧૦) ઇંડાં મનુષ્યના આંતરડામાં રહેલા ‘કામન વ કીલ્ડ’ જાનના કીટાબુઓને ઝેરી બનાવે છે જેથી ભયંકર પ્રકારના રોગો થાય છે. (ધી નેચર ઓફ ડીઝીસ વેલ્યૂમ-૨ પૃષ્ઠ ૧૬૬)

—ડૉ. ડૉ. ડી. ચાર. મૈક્રોનાગ, F. R. C. S., England

શ્રદ્ધા કરું છું. આવા લોકોત્તર શ્રેષ્ઠ ધર્મ પરત્વે પ્રતીતિ-
વિશ્વાસ રાખું છું, અને પૂર્ણ રુચિ ધરાવું છું.

આવા ઉત્તમ માર્ગની રુચિ-વિશ્વાસવાળો આત્મા
અનંતજ્ઞાનીઓના વચનમાં વિશ્વાસ રાખીને અભક્ષ્ય-અભક્ષ્ય,
પેય-અપેય, કર્તવ્ય-અકર્તવ્યના શુભ-દોષને, લાભ-
નુકસાનને જાણીને સન્માર્ગે ચાલીને પોતાના આત્માને
પૂર્ણ સુખી કરે છે. જ્યારે અજ્ઞાની આત્માઓ અભક્ષ્ય-
અપેય અને અકર્તવ્યનું સેવન કરીને પોતાના આત્માને
અનંતકાળ સુધી દુઃખી કરે છે, અર્થાત્ નરક-નિગોદમાં
ઘણો કાળ પસાર કરે છે. માટે સુસ આત્માઓએ વિવેક-
જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી જીવનને સુચારુ બનાવવા સંપૂર્ણ
અભક્ષ્ય-અપેયનો ત્યાગ કરવો જરૂરી છે.

અભક્ષ્ય એટલે અનંત જીવોની હિંસાવાળું, ત્રસ
જીવોની હિંસાવાળું અયોગ્ય ભોજન, શરીર-મન
આત્માનું અહિત કરનારું ભોજન, શરીરના નિર્વાહ-
ટકાવવા માટે અનુપયોગી ભોજન, દુષ્ટ વૃત્તિઓને ઉત્પન્ન
કરે તેવું તામસી ભોજન, આલોક-પરલોક બગાડે તેવું
ભોજન અભક્ષ્ય છે.

શ્રી સર્વજ્ઞ ભગવાને ૨૨ પ્રકારના અભક્ષ્યોનું વર્જન
કરવાનું ફરમાવેલ છે. તે ખરેખર યુક્તિયુક્ત છે. કયા
કયા દોષને લઈ ભોજનના પદાર્થોને અભક્ષ્યમાં ગણ્યા છે ?

(૧) કંદમૂળ, દિ કેટલાક પદાર્થોમાં અનંત જીવોને
નુકસાન થાય છે તથા કેટલાક માંસ-મદિરાદિ પદાર્થોમાં

અભદ્ય પદાર્થોમાં કયા કયા જીવો નાશ પામે:-

૧. પાંચ ઉંબર ફળમાં

૨. મધ-મદિરા-માખણ-
ખેળઅથાણું-વિદળ -

ગલિતરસ-રાત્રિભોજનમાં

૩. માંસ-વિષમાં અને

૪. લિમ-કરામાં

૫. માટીમાં

૬. બહુબીજ-વેંગણ-તુચ્છ-
ફળમાં

અનંતકાય

અનંતકાય ફળ-ફૂલ

૧. વનસ્પતિના અગાણુત
ખીજના જીવો, બેઈન્દ્રિ-
યાદિ ત્રસ જીવો.

૨. અસંખ્ય બેઈન્દ્રિયાદિ
ત્રસ જીવો. તથા
સંપાતિમ જીવો.

૩. પંચેન્દ્રિય જીવ-નિગોદના
અનંત જીવ, સમુચ્છિમ
જીવ, કૃમિ વગેરે.

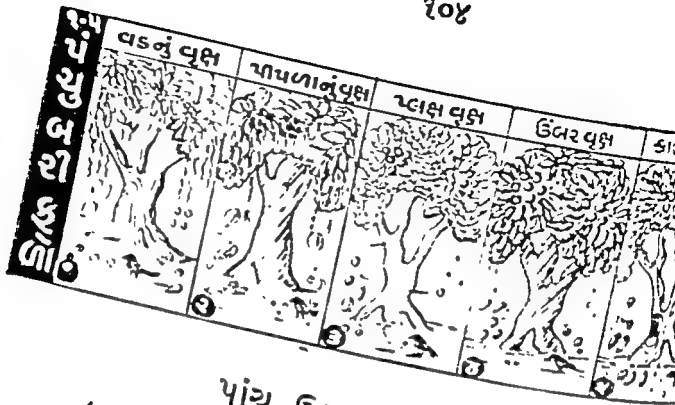
૪. પાણીના અસંખ્ય જીવ.

૫. પૃથ્વીકાયના અસંખ્ય
જીવ.

૬. વનસ્પતિના જીવો તથા
કળિયા પાછળ સમુચ્છિમ
જીવ.

૭. કંદમૂળના કળે કળે
અનંત જીવો.

૮. વનસ્પતિના, પંચેન્દ્રિય-
જીવ, તથા ત્રસ જીવો.



પાંચ ઉખર ફળો

(૧) વડના ટેટા (૨) પીપળાની ટેટીઓ (૩) ખલસ
જાતિના પીપળાની ટેટીઓ (૪) ઉંબર કે જેને ઉંબરો
અથવા ગુરર કહે છે તેની ટેટીઓ. કાઉંબર કે કાળો
ઉંબરો-ઠચુંબર કહેવાય છે, તેનાં ફળો અભક્ષ્ય છે.

આ પાંચેય વૃક્ષોનાં ફળોને ટેટા-ટેટીઓ કહેવાય
છે. જેમાં રાઈના દાળાથીય ઓળાં ઓળાં અગણિત બીજો
હોય છે. જીવનનિર્વાહમાં અનુપયોગી છે. રાગોત્પાદક
છે. જે ખાવાથી બિન જરૂરી બીજો બીજો જીવને નાશ
થાય છે. કેટલાકમાં ઓળી જીવાત હોય છે. તેથી સર્વેન
અભક્ષ્યમાં ગણવામાં આવ્યાં છે.

● આ પાંચેય પ્રકારના વૃક્ષોનાં ફળો (ટેટા)માં
મધુરતા આકારના અને વૃક્ષ ઘણાં વસ જીવે હોય
છે. બીજની સંખ્યા પુષ્કળ હોય છે, તેથી તેનું ભક્ષણ
અગણિત જીવોની દ્વિત્વા રૂપ ગણાય છે. મ.ટે વગ્ય છે.

(૨) મદિરાપાનથી પરાધીન થયેલ ચિત્તવાળા પાપી મનુષ્યો પોતાની માતાની સાથે સ્ત્રીની માફક વર્તન કરે અને સ્ત્રીની સાથે માતાની માફક વર્તન કરે છે.

(૩) મદિરાથી ચલિત ચિત્તવાળાઓ પોતાને અને પરને જાણી શકતા નથી, તેથી નોકર હોવા છતાં પોતાને સ્વામી ગણે છે અને સ્વામીની સાથે કિંકર જેવો વર્તણૂક કરે છે.

(૪) મડદાંની માફક મેદાનમાં પડેલા અને ઉધાડાં મુખવાળા મદિરા પીનાર મનુષ્યનાં મુખમાં છિદ્રની શંકાથી ફતરાઓ મૂતરે છે.

(૫) મદ્યપાનના રસમાં મગ્ન થયેલા બજારમાં પલ્લુ નગ્નપણે સૂવે છે અને પોતાના ગૂઢ અભિપ્રાયોને—છાની વાતોને છતી કરી દે છે.

(૬) સુંદર ચિત્રો પર કાચળ ઢાળવાથી જેમ તેની સુંદરતા નાશ પામે છે, તેમ મદ્યપાન કરવાથી ક્રાંતિ, કીર્તિ, બુદ્ધિ અને લક્ષ્મી નાશ પામે છે.

(૭) મદ્યપાન કરનારો જૂતથી પીડાયેલાની જેમ નાચે છે, શ્રોત્રવાળાની જેમ રડ્યા કરે છે અને દાહનવરથી પીડાયેલાની જેમ જમીન પર આગોળ ચ. કરે છે.

(૮) મદ્યપાન શરીરને શિથિલ કરી નાખે છે, ઇન્દ્રિયોને નિર્જાળ બનાવી દે છે અને અત્યંત મૂંઝાં પનારે છે.

(૯) જેમ અગ્નિના કણથી ઘસેને સમુદ્ર નાશ પામે

છે, તેમ મદિરાનું પાન કરવાથી વિવેક, સંવેગ, જ્ઞાન, સત્ય, યોગ્ય, દયા અને ક્ષમા એ સર્વેનો નાશ થાય છે.

(૧૦) મધ અનેક દોષો તથા અનેક આપદાઓનું કારણ છે, માટે રોગાતુર મનુષ્ય જેમ અપચ્ચનો ત્યાગ કરે તેમ આત્મહિતચિંતક મનુષ્યે તેનો ત્યાગ કરવો ઘટે છે.

મદિરાપાન કરનારની આવકનો મોટો ભાગ તેમા જ ખર્ચાઈ જાય છે. એથી તે કુટુંબના ભરણપોષણ માટે યોગ્ય ખર્ચ કરી શકતો નથી કે પોતાનાં બાળકોને શાકું શિક્ષણ આપી શકતો નથી એટલું જ નહિ પણ પૈસાની તંગી પડતાં પોતાનાં તથા પોતાની સ્ત્રીનાં ઘરેણાં-ગાંઠા વેચે છે અને પકાણો, કલાલો કે બ્યાજખોરાનાં નાણાં ઉધાર લઈને કામમને માટે દેવાદાર બની જાય છે. ચિંતાતુર બની દુઃખી દુઃખી થાય છે.

અહીં એ સ્પષ્ટ કરવું ઉચિત ગણાયે કે સ્પીરીટ, આલ્કોહોલ, ટીંકચર, આસવ, તાકી અને નીરા એ સર્વેમાં એક યા બીજા પ્રકારે મદિરાનું ઉન્માદક નશાવાળું તત્ત્વ હોવાથી, તે સર્વે પણ મદિરાના એટલાં જ અસરકારક છે.

● શરાબને દુનિયાના કોઈ પણ સમયે ઇષ્ટ માનેલ નથી. એટલું જ નહિ પણ રાજ્યોએ પણ તેની ભયાનકતાને પિછાણી તેને કેસવટો કેવાનું ઇષ્ટ માન્યું છે. મુખ્ય વાત એ છે કે મનુષ્યે ઇશ્વરોક્ત અને પરમોક્તનું

હિત બગાડે તેવા અભક્ષ્ય પદાર્થોનાં વ્યસનથી દૂર રહેવું અને શુદ્ધ સાત્ત્વિક પદાર્થો વડે જીવન જીવવું હિતકર છે.

‘મુભાષિતરત્નસંદોહમાં લખ્યું છે કે :—પ્રાણીઓનું જેટલું અહિત વિષ, શત્રુ, સર્પ અને રાજા કરી શકે છે અને જેટલું દુઃખ રાજા આપી શકે છે, તેનાથી વિશેષ અહિત અને અસુખ ગુણીજનોથી નિન્દિત મદિરા કરે છે.

ઠલિકાલસર્વજ્ઞ શ્રી હેમચંદ્રાચાર્ય મ. ના ઉપદેશથી પરમાર્થત્ મહારાજા કુમારપાળે સાતે મહાવ્યસનોને પોતાનાં રાજ્યમાંથી દેશવટો દીધો હતો, તેમાં દારૂબંધીને પણ સમાવેશ થતો હતો, જેથી પ્રજા સુખી-સ્વસ્થ અને આનંદી હતી. જ્યારે આજે જ્યાં જ્યાં છૂટછાટ છે ત્યાં ત્યાં ગુનાઓનું પ્રમાણ, અકસ્માતો, મોત, ખલાત્કાર વધે જાય છે.

મદિરાનો ત્યાગ શા માટે ?

૧. મદિરા બનાવતી વેળાએ અસંખ્ય વ્રસ જીવોનો નાશ થાય છે. ૨. પીધા પછી આત્માનું ભાન ભુલાવી દે છે. ૩. રાત્રી માણસ પણ ખાનગી વાત કહી દે છે. ૪. શરીરની ઠાંતિ અને લાવણ્યને હાનિ પહોંચાડે છે. ૫. બુદ્ધિનો બગાડો થાય છે. ૬. શરીરમાં દારૂ જન્માવે છે. ૭. મગજનો કચ્છ ગુમાવે છે. ૮. અનાચારી બને છે.

દારૂ એક પ્રવાહી પીણું છે. જે મદા ભયંકર દોષવાદી છે કેમ કે તે નશાયુક્ત છે. પીનારા માને છે કે પવિત્ર છે. શરીરવિપક્ષને બદલે શરીરસાધક છે. મનને પવિત્ર અને આત્મચાતક પ્રવાહી છે, માટે તેનાથી દૂર રહો.

(૧૨) હવે કારણ વિના તેને અમુક માણસો ગમતા નથી. અમુક વ્યક્તિ—મિત્ર ધરમાં નજ આવે તેવો તે આગ્રહ રાખે છે. ઘણી વખત ધરમાં બાળકોને પણ તે તિરસ્કારે છે. માર મારે છે, ક્યારેક પત્નીને ઝૂડે છે. સામેની વ્યક્તિ તેની સામે કંઈક કાવતરું કરી રહી છે તેવા સતત સંદેહ તેને રહ્યા કરે છે.

(૧૩) સતત ખાલી પેટે દારૂ પીવાથી હોઝરીમાં સોજો આવી જાય છે. લીવર બરાબર કામ કરતું નથી એટલે લુપ્ત લાગતી નથી. એટલું જ નહીં, પેટમાં જમવાથી ભાર લાગે છે. બળતરા, દુખાતી થાય છે એટલે ખાવાનું તે ઓછું કરી નાખે છે. ધીમે ધીમે વચ્ચે વચ્ચે ઓકાદ બે દિવસ જમતો પણ નથી.

(૧૪) દારૂ પીવાની સાથે નૈતિક ધોરણ નીચું જવા લાગે છે. ધર કરતાં બહારની સ્ત્રીઓમાં તેને વધારે રસ આવે છે. એટલું જ નહીં ઘણી વખત કાંઈને ત્યાં પોતે પોતાનો અડૂંડો જમાવી બેસી જાય છે.

(૧૫) મગજને ઇન્જ પામવાથી તેને સારા-નરસાનું ભાન રહેતું નથી. એટલું જ નહીં સારા-નરસા અંગે વધારે વિચારવાની શક્તિ પણ બહાર મારી જાય છે.



(૧૬) નેત્રિક્ષ્મમાં તે જલ્દી બેસે છે; પરંતુ કોનો નિર્ગુણ વસ્તુ જલ્દી નથી બેસતો. કારણકે આંખની આંધળી બાજુ રહે છે. જલ્દી આંખની બાજુની કાલસ મારે આવી રહે છે.

(૧૭) હવે તેને આખે અને અધારમાં અવનવાં દરયો દેખાવ છે. પોતે કોઈ ધર્મનો અવતાર છે. કોઈ દિવ્ય પુરુષ ■ તેની સામગ્રી તેને સતત રહ્યા કરે છે. આ સમય દરમિયાન તે વિવિધ ધર્મોમાં પોતાનો હિપરજીવો અને વિચિત્ર, કંઠકડા વચ્ચેનો સત્તા-ચર્ચનો રસ દેખાડે છે.

(૧૮) હવે પોતે સંપૂર્ણ દાદનો શુદ્ધામ છે તે સ્વીકારે છે. કોઈપણ કામ કરવાની અરક્તિ બદલે કરે છે. સતત પૈસાની માગ પાની અગર સમાજવાદ પાસે ચાલુ રહે છે.

(૧૯) બધું પોતે પીધા વિના છવીજ નદીં થકે તે રીતે હવે તે રાત-દિવસ જ્વેષા વિના પીધા કરે છે અને પીવાનું ચાલુ રાખે છે. આ સમય દરમિયાન હીવર કામ કરેલું બંધ થઈ જાય છે અને સીરોસીસની શરૂઆત થઈ જાય છે. હવે પછી તેનું આયુષ્ય દિવસે દિવસે ઘટતું જાય છે.

(૨૦) ઇન્દોર, મધ્યપ્રદેશની ટોરિષ્ટકમાં સારવારાયે આવેલ છેરી લડી-મદપીલું પીનસી ૧૧૦ બ્લિટઓ મરણ પામી હતી. તાજેતરમાં અમદાવાદમાં લડાઈ ૬૦૦ નેટવી બ્લિટનાં મૃત્યુ અને સેંકડોની આંખ ગઈ હતી અને બીજી બ્લિટઓ ચંબીર હતી, એમ સમાચારપત્રે જણાવેલ છે.

આકોટોટોલ બે પ્રકારનાં છે (૧) મીથેલ અને (૨) ઈથેલ. મીથેલ છેરી છે અને ઈથેલ ધેન ચલાવે છે. ફ્રેન્ચ-પોલીશમાં ફટકડી નાંખતાં મીથેલ ઉપર તરી આવે છે...આ મીથેલ લુપ્તા રહેના માનવીને મોતને ઘાટે ઉતારે છે.

ઈથાઈલ આકોટોટોલ અથવા સિંધરિટ આ બે પદાર્થ સામાન્ય રીતે દરેક દાદમાં મુખ્ય પદાર્થ હોય છે. ઈથાઈલ આકોટોટોલ ઓલોગિઝ કામ, જેવાં દરેક પોલીશ, વર્નિશ, સાલુ, ગેસુ, કાઈ રેવોનના તંત્ર વચ્ચેમાં વપરાય છે. તેને મિથાઈલમાં ફેરવી લડામાં-દાદમાં ઉપયોગ કરાય છે, જે માદુસ માટે જીવલેલું સહનિત થાય છે.

દારુમાં દેત્ય હોય છે, જે પીનારને થોડી પળમાં રામશરણ પહોંચાડે છે. શુદ્ધરાતમાં બનતો લટ્ટા પ્રકારનો દારુ બહુ કઠંગા પદાર્થોથી બનાવાતો હોય છે. ફે-ચ-પોલીશને સ્પ્રિટ સાથે ભેળવી ઘણીવાર આ મિશ્રણમાં દેડકાં, અળશિયાં અને ફીકાઓ નંખાય છે. વળી વધુ આથો લાવવા અને લટ્ટો જલદ બનાવવા માટે કાટ ખાઈ ગણેલા ખીલા તેમ જ નવસાર જેવા પદાર્થ પણ ભેળવાય છે.

દારુમાં વપરાતાં સહેલા ખાદ્ય પદાર્થો જીવાતોથી ઉભરાતા હોય છે. મળમૂતવાળી જગ્યામાં દાટવામાં આવે છે. મહારાષ્ટ્રમાં લટ્ટો જેવા દારુને ખોપડી કહે છે. કેરાલા સ્ટેટમાં 'મુનશાઈ'ના નામે ઓળખાતા દારુની બનાવટ એમોનિયમ સલ્ફેટ, ટોચમાં વપરાતા લીક થઈ ગયેલા પાવર, આમલી, ગટરનાં ગંધાતાં પાણી, કારખાનામાંથી ફલવાતા કચરા જે ગટરોમાં વહે છે તેના પાણીમાંથી ઉકાળીને દારૂ બનાવાય છે.

નશાખાતે આવી ગંદી વસ્તુનું અમદ્ય પીણું પીતાં કેન્સર, ટી. બી., આંધળાપણું, પાગલપણું વગેરે અસાધ્ય દર્દની પીડા પામી રિપાર્ટને મૃત્યુ પામે છે. ગેરકાયદેસર બારતમાં ૭૫ કરોડ રૂપિયાનો દારૂ પીવાય છે. જેથી અજાન અવસ્થા છે! પૈસા ખર્ચીને જીવન જોખમમાં જાય છતાં નશાખાતેની તવખ મુકાતી નથી.

દારુનાં ઝેરી તત્ત્વોની વિવિધ અસરો ઉપર વૈજ્ઞાનિકોનાં તારણ : (૧) શરીર દીલું પડી જાય છે (૨) લોહીમાં આગળ તત્ત્વો વેદા થાય છે. (૩) આંખની રેડીના જીવકોશીકાઓ મૃત્યુ પામતાં. દર્દી આંધળા બને (૪) માથાને દુઃખાવો હિપ? છે (૫) હિપર, હિપર હિપીઓ થાય છે. (૬) પેટમાં કારમી વેદના થાય છે. (૭) જ્વાલ પેટમાં લકડીક થાય છે (૮) ગમરામન થાય છે. (૯) મોત. તત્ત્વો જતાં મૃત્યુ નીપજે છે.

આ પ્રકારે મુદ્દમાનનાં જિવો વિચાર કરીને મહિરાનો સંપાદન તરફ વિલક્ષ્ય નહિ કરે છે એમ જણાવવાનું નથી. આ પ્રકારે મોત થાય છે. દેશમાં જેટલો મોટો મુદ્દો છે. (તા. ૧૦-૧૦-૧૯૬૬)

૨૧. દાદુના કારણે દારિકાનો નાશ

એન યાઓ જનારે છે કે શ્રી કૃષ્ણના સમયે ૪૮ યાદના વિગ્નારમાં પથરાયેલાં દારિકાની બારે ભદ્રેશ્વરનાથી હતી, પરંતુ દેવાયન દેવના પ્રોપમાં એનો પ્રસવ થયો. આ પ્રસવની આગાહી બારીકમાં તીર્થ"કર શ્રી નેમિનાથ ભગવાને પહેલેથી કરેલી. એનું મૂળ કારણ મહિરાપાન બતાવેનું. એથી શરૂથી મહિરાને પર્વની ગુણોમાં પથરાયેલી અવેશા.

પરંતુ એક વાર દાંભ વગેરે રાજકુમારો દરવા નીકળી પડેલા તે યુવતીના ઉ-માદમાં ત્યાં પડેલી એ મહિરા પોતે ઉન્મત્ત બની એક તાપસ દેવાયન અપિની મગરીએ ચડ્યા, તાપને તેમ ન કરવા થયું સમજાના પરંતુ મહિરાયન એ યાના સમયે ?

મહિરાપાન બૂકું, માનવીને ઉન્મત્ત બનાવી વિવેક જુનારે, માનુસાઈ મુકાવે, કદાચારો ઉડાવે. મહિરામાં મસ્ત બની બનામારના અમાડા ક્રિયા કરે, ન કરવાનાં કામ કરી બેમે છે.

ભગવાયુના હિંસાનની ક્રમસ ક્રમેદ :-

દરેક જિન્ડવા કંપનીના રાજ્ય વખતે એક પ્રેરણિયન એલિસરે આવી મેક જુનપૂરે ભગવાયુ ભોળ રાજાની રાતના દાર દીવવાની આદત રોઈ રાતના તાકોડો રવો. ભગવાયુને પ્રેરણાન બનાવે છે, રાજ્ય કંપની સરકારને સેવિયે છે ને તમને એ કાને? એલિસરે રાજી રાજ્ય સ્વતંત્રવાર્ધા ખૂબ મહત્તર બની અને રાજ્યની ભદ્રેશ્વરનાથી વધારી આપેલી, કારણ નદામાં ભોળાએ એ રજિડાની નીંડે કાળા પર કાઢી કરો આપે. પ્રેરણિયન ક્યાસો સઈ રાતે-રાત કીધી વરેદ. સરકારે નરેદ કીધી જતાં ભગવાયુને પોતાની જુદા થાળી અપાઃ આપે, દિરાનને વાન કરે.

દીવાન કહે : “આ તમે શું કહ્યું ? આમાં તો વખત જતાં કંપની સરકાર તમને નાણાયક ઠેરવી પદબ્રષ્ટ કરશે. ખેર ! હવે કબાલો કિંમત વિનાનો દરાવવા માટે એક રસ્તો છે. કબાલાની તારીખની ચાર દિવસ પહેલાંની તારીખનો એક એવો આપની સહીથી ઠંઢેરો રાજ્ય દફતરે નોંધાવો કે “રાત્રે મને દારૂ પીવાની આદત છે, તેથી રાતના સમયે મેં કોઈને જે કંઈ વચન આપ્યાં હોય તે શેક સમજવાં.”

બસ, તેમ કરવામાં આવ્યું અને પાછળથી કંપની સરકાર દાવો કરવા આવી તો તે રદઆતલ થયો. દીવાનની કુનેદથી બચાવ મળી ગયો એ જુદી વાત, પણ મદિરાપાને પહેલાં તો કેવો ભયંકર જખરડો વળાગ્યો. મદિરાપાન આત્માનું ભાન બુઝાવી કૌટિક બાગતમાં આવો કાતીલ અનર્થ કરે તો પરલોક સંબંધમાં કેટલો ભયંકર અનર્થ જીભો કરે ?

ઋષિનો શ્રાપ : પેલા શાંખ આદિ રાજકુમારો મદિરામત ખતેલા સમજાવ્યા ન સમજ્યા. ઋષિની મસ્કરી કરતા રહ્યા ત્યારે દેવાયન ઋષિએ ક્રોધાંધ બની શ્રાપ આપ્યો કે, “આ દ્વારિકાના લોકો આવા ઉદ્વેગને પોષે છે, તો હું આખી દ્વારિકાનો નાશ કરીશ.”

કુમારો ગમરાઈને ભાગ્યા, શ્રીકૃષ્ણને વાત કરી. એમણે આવી ઋષિને મનાવવા ઘણું કહ્યું, પણ એ ન માન્યા. ત્યારે નેમિનાથ પ્રભુ પાને જઈ પૂછ્યું, ‘હવે બચાવ શી રીતે થાય ?’

પ્રભુએ કહ્યું “આ દેવાયન અનશન નિવાળું હતું ઋષિને દેવના ધર્મ, દાનિકા ગાળવા આવશે, પરંતુ જ્યાં સુધી લોકો અવિનય વગેરે તપસ્યા કરતા રહ્યા અનર્થ પાત્રન. પરમાત્મ-જિજ્ઞાસુ, જ્ઞાન પ્રેરે કરતા રહેશે ત્યાં સુધી દેવના એ ધર્મતજ્ઞની અંતરે કોઈ કહ્યું કદી રહેશે નહિ.”

ધર્મનેા પ્રભાવ : દેખાવન દેવ થયો, ને અહીં લોકો તપસ્યા સાથે ધર્મસાધનામાં લાગી ગયા છે. જાર જાર વર્ષ સુધી દેવે આકાશમાં આટા માવો પલુ લોકોના પ્રખર ધર્મતેજમાં અન્યથા રહી કશું કરી શક્યો નહિ. છતાં જાર વરસે લોકો સમજ્યા કે હવે તો દેવતા સ્વર્ગનાં સુખોમાં લીન બની બૂઝી ગયો હશે, તેથી લોકોએ ત્યાગ-તપસ્યા મૂકી દીધાં. ત્યાં દેવતા કહે સ્ફુર્તિવાળો બની ગયો અને આખી દારિકાને લપકે બાળી.

મદિરાના કારણથી પૂર્વના ઘેરના સસકારે દેવે ઢેસો બાંધેર ઉત્કાષ્ઠાત મચાવી દીધો. આ ઉપરથી બોધ લઈ જીવનખરે મદિરાના અવસરને તિથિજાતી આપો અને ધુખી બનો.

૮ : માંસ અભદ્ય

માંસ :- માંસના સુખ્યત્વે ત્રણ પ્રકારો છે. • ૧. જલચરતું માંસ • ૨. સ્થલચરતું માંસ અને • ૩. ખેચરતું માંસ. જલચર એટલે માછલાં, દેડકાં, કાચબા વગેરે જળમાં રહેનારા પ્રાણીઓ. સ્થલચર એટલે હરણ, બઢવાં, ગાય, પાકા, ઘેટાં, સસલાં વગેરે ભૂમિ પર ફરનારાં પ્રાણીઓ. અને ખેચર એટલે કૂકડા, કબૂતર, તેતર ચકલાં વગેરે આકાશમાં ઉડનારાં પક્ષીઓ. આ ત્રણે પ્રકારનાં પ્રાણીઓનું માંસ-અભદ્ય પંચેન્દ્રિય જીવની હયાતકામ મહાપાપ છે.

પંચેન્દ્રિય પ્રાણીઓનો વધ કર્યા સિવાય માંસ તૈયાર થતું નથી. વળી તેમાં પળે પળે અનેક સંમૂર્ચિત્તમ જીવો, અનંત નિર્ગોદના જીવો, સૂક્ષ્મ ત્રસ કીડાઓ ઉત્પન્ન થાય છે એટલે માંસને સર્વથા અભદ્ય ગણવામાં આવ્યું છે.



મનુષ્ય ભાંસાદાર છોડીને માત્ર વનસ્પતિનો આદાર
શા માટે કરવો ? તે અંગે મનનીય મુદ્દાઓ :

૧. અન્ન, શાક, ફળ-ફૂલ રૂપ વનસ્પતિમાંથી શુદ્ધ,
પુષ્ટિકારક, સુસ્વાદુ અને ઉપયોગી ખોરાક મળી શકે
છે, તેથી મહાસિંહા દ્વારા જીવનને બચ્ચ કરનાર ભાંસનો
ઉપયોગ કરવાની જરૂરપણુ આવશ્યકતા નથી. અનાજ
ખાઈ પાકે છે તેથી ભાંસાદાર કરવો જોઈ એ એ દલીલ
વધિયત છે. જે શક્તિઓને પ્રાણીઓના શિકાર કરવામાં
કે મહત્ત્વ પદ્ધતિમાં ખર્ચવામાં આવે છે તેનાથી અનેક
રોગો થાય છે. તમા પ્રતિકારની દવાઓ, દવાખાનાંઓ
કેમ કરવાં પડે છે. માટે માનવને નિરાંતી અને સુખી
રહે તે માટે તે શક્તિ ભાંસ-મચ્છી પાછળ ન ખર્ચવાં
નવનની પાછળ ખર્ચાય તે. સર્વેન જોઈતું અન્ન મળી
શકે એવું સુધારું રહે.

૨. મનુષ્ય જાતિનું શરીર સ્વભાવથી જ માંસાહારને યોગ્ય નથી. માંસ સહેલાઈથી પચાવી શકાતું નથી. મદાવરો, પાકીને માંસ હજમ કરવાનું શીખવા જતાં લાખો લોકો કેન્સરના તથા બીજા અનેક બયંકર રોગોના શિકાર બની ગયા.

૩. માંસની અંદર પળે પળે અનેક ત્રસ છુપે જીપજે છે. માંસને અગ્નિ ઉપર પકાવતાં અને પકાવ્યા પછી પણ તદ્દર્શના કીડાઓ ઉપલ્બ્ધ કરે છે. તેની બારી એ છે કે પડયા રહેલા મઠકામાં મોટા મોટા કીડા પડી જાય છે, પરંતુ તે કીડાઓ વખત જતા મોટા થયા હોય છે. પ્રથમ તો બારીક હોય છે. શરીરમાંથી છૂટું પડેલું માંસાળો શરીરનો મરેલો ભાગ છે. એટલે શરીરમાંથી છૂટું પડતાં જ તે સહવા માટે છે અને તરત જ તેમાં તેના રંગનાં બારીક જંતુઓ ઉત્પન્ન થઈ જાય છે એટલે તે રીતે પણ માંસ ખાવામાં પંચેન્દ્રિય છુપેલી હત્યા ઉપરાંત અસંખ્ય ત્રસ છુપેલી અને અનાંત નિગોહના છુપેલી હિંસા થાય છે.

૪. હિંમ બનતી ચીજોથી સાવધાન બનો :-

કેટલાક દમાખોર લોકો ધીમાં ચરબીનો ભોગ કરે છે, વિહાયતી બિસ્ફૂટ પ્રમુખમાં અભક્ષ્ય પદાર્થના મિશ્રણનો સંભવ હોય છે, આજે કેટલાક તેવી ચીજો ખાય છે, એ ખરેખર ખેદજનક છે. કેઈ બિસ્ફૂટમાં કે ચોકલેટમાં કીડાનો રસ હોવાનું સંભળાય છે. ગાયના માંસની પણ એવી જાંતિ છે. આપણે પતાસાં વગેરેને જાહેર માણીને

આકારની પીપરમેન્ટની ગોળીઓ છોકરાંઓને વહેંચીએ છીએ, તે મોટામાં મોટી ભૂલ થાય છે. કેમકે ભવિષ્યમાં આપણાં અમુક પેઢીનાં સંતાનોને માંસાહારી બનાવવાની એ પ્રાથમિક યોજના છે. માછલાં વગેરેના આકારની પીપરમેન્ટની ગોળીઓમાંથી નાની ચોકલેટો અને તેમાંથી મોટી ચોકલેટો અને જે લગલગ માંસ ચરબીમાંથી પણ બનાવેલી હોય છે. માટે આ કાળે ફેલાવાતાં મીઠાં ઝરૂથી ખૂબ જ સાવધાન રહેવાની જરૂર છે. નિશાળમાં અપાતા નાસ્તાથી બાળકોએ ચેતવા જેવું છે.

● મનુષ્યના લોહીના એક હજાર ભાગમાં ક્ષાઇપ્રીન નામનું તત્ત્વ ત્રણ ભાગથી વધારે હોય તે ઇષ્ટ નથી. વનસ્પતિનેા ખોરાક લેવાથી આ ક્ષાઇપ્રીનનું તત્ત્વ પ્રમાણ-સર જળવાઈ રહે છે, જ્યારે માંસાહારનેા ખોરાક લેવાથી ક્ષાઇપ્રીનનું પ્રમાણ લોહીમાં વધી જાય છે અને તેથી ઘણા રોગો ઉત્પન્ન થાય છે.

● ડોક્ટર પાકે નામનેા એક યુરોપિયન વિદ્વાન પ્રાણીજન્ય અને વનસ્પતિજન્ય આહારના વિષયમાં સૂચિત કરે છે કે ઉત્તમ માંસમાં ઉષ્ણતા અને ઉત્સાહને ઉત્પન્ન કરનારું તત્ત્વ ૬ ટકા છે, જ્યારે ઘઉં, ચોખા અને રીંજોમાં થતાં અનાજમાં ૪૫ થી ૮૦ ટકા છે.

● માંસાહારથી થતાં વિવિધ નુકસાનો :-

(૧) માંસ દેખાવમાં અત્યંત કમકમી હોય છે એવું અને પાદભોજનમાં છે.

(૨) તે ઝાઝી નુદન રહી રહેતું નથી, સડી જાય છે.

(૩) તે ખાવાથી નીતિમાં જગાડ થાય છે અને ઉડાડિ તથા દારૂના વ્યસની થવાય છે.

(૪) માણસ જેમ વનસ્પતિ ખોરાક ઉપર જીવનસર આરોગ્ય વાળી સ્થિતિમાં જીવી શકે છે તેમ એકલા માંસના ખોરાક ઉપર કોઈ લાંબી મુદત સુધી તેવી સ્થિતિમાં જીવી શકતો નથી.

(૫) તે ખાવાથી કેન્સર, હૃય, મંડમાલ, રક્તપિત્ત, વાતપિત્ત, સંધિરા અને પથરીનો રોગ થાય છે. એ આજના ડોક્ટરો કહે છે.

(૬) કેપેરાના રોગીને માંસનું પાણી સરખું પણ નુકસાન કરે છે.

(૭) માંસમાં નાઈટ્રોજન જોઈએ તે કરતાં વધારે હોવાથી માણસ કૃષી જાય છે. શરીરમાં વધારે ઝરમી ઉત્પન્ન થતાં કોધી બને છે.

(૮) માછલીનું માંસ ખાનારામાં એક જાતના પડેલા માથા-વાળા, પાટી ફીરત જેવામાં આવે છે. મુરોપનો ઉત્તર રશિયા નોર્વે, સ્વેડન અને આયર્લેન્ડમાં આ રેપીડમ ક્રીમશ્વ થતાં બાધિ સાધારણ રીતે જેવામાં આવે છે. જેથી મૃત્યુ જતલો થાય છે.

જીવલેણ ખનનો મસ્થાહાર :- સંયુક્ત રાષ્ટ્રમંદળી સમિતિના દેવાણાનુસાર દરિયામાં હલવાતા કચરાઓનાં મુકુરણને લઈ માછલીઓમાં પારાનું પ્રમાણુ જલજનક કહે પહોંચ્યું છે. આમાં 'આલ્કીલા પારે' સીંધા મગજ અને કેન્દ્રીય મજ્જામાં અને અસર કરે છે, જાનનમાં મિનામેટા અખાતમાંથી પકડાયેલી માછલીઓ ખાવાથી સેંકડો સોડોનાં અપમૃત્યુ થયેલાં.

અજાને રતલ ડી. ડી. ડી. દરિયામાં હલવાયેલું છે અને દર વરસે તેમાં ૧૦ કરોડ રતવનો વધારો થતો રહ્યો છે. વળી દરિયામાં સ્ટીમરોના ધડાડાથી હોળાયેલા તેજ પરના બેક્ટીરિયા માછલીના પેટમાં જતાં એના કેન્સરજનક લાઈટાહાઈન માનવીના પેટમાં જતાં કેન્સર અને મૃત્યુ નીવડતાં વાર લાગતી નથી.

આણ્વિક કચરા ('ન્યુક્લીઅર વેસ્ટ') કરતાં પણ આ રાસાય-
ણિક કચરો એટલો ખતરનાક છે કે એક ગ્રામનો દસ લાખમે
ભાગ પણ માણસના પ્રાણ હરી લેવા પૂરતો છે.

કલકત્તાની હુગલી નદીમાં રોજ ૬ કરોડ ગેલન માનવ વસ્તીનો
કચરો અને ૯ કરોડ ૭૦ લાખ ગેલન ઉદ્યોગોનો પ્રવાહી કચરો
બંગાળના હિપસાગરમાં ઠલવાય છે. એથીયે વધુ મુંબઈની શિવ
અને વસઈની ખાડીઓનું પ્રદુષણ કચરાને લઈને વધતું છે. માનવીની
અને ઉદ્યોગની પ્રદુષણ પ્રવૃત્તિ એટલી હદે આગળ વધી છે કે ઉત્તર
અને દક્ષિણ ધ્રુવના વિસ્તારને યાદ કરતાં દરિયા. નદી કે સરોવરને
કોઈ સ્ત્રોત એવો નથી કે જે પ્રદુષણથી મુક્ત હોય. દુષક દ્રવ્યોનું
પ્રમાણ વધવા સાથે એની વિપ્રભવતા પણ વધતી જાય છે.

આ દરેક સ્થાનોમાંથી પકડાતી માછલીનો આધાર મનુષ્યને
માટે શાપરૂપ છે એમ સંશોધનકારો કહે છે, માટે સૌએ ત્યાગ
કરવો એમાં જ માનવજીવનનું દિત છે.

(૬) ટ્રકર કે બુઁડનું માંસ ખાવાથી વાંકડીઆ ક્રીરમ શરીરમાં
ઉત્પન્ન થતાં માણસનું મરણ નીપજે છે.

(૧૦) ગાય, ખેતના કલેજ તથા આંતરડાં ઉપર જે સંકેદ
દાતા દેખાય છે તે એક પ્રકારના ક્રીડા છે. તેનું માંસ શરીરમાં
જઈને અન્યેક રોગનાં જંતુઓ ઉત્પન્ન કરી રોગિણ બનાવે છે.

• માંસથી થતા ગરફાયદાઓ :

૧. માંસ માટે જીવોને મારવાની સલાહ આપનાર
૨. ક.પનાર ૩. મારનાર ૪. લેનાર ૫. દેનાર ૬. સંધ-
નાર ૭. પીરસનાર ૮. ખાનાર. એ સર્વેને પંચન્દ્રિય
જીવન. પ્રાણી-વધનું મદાપાપ લાગે છે, તે હુર્ગતિમાં
નરેડે જાય છે.

૨. ગુરુ અને લે.દીથી ઉત્પન્ન થયેલા, વિષ.ન.
વેસર્પી. વેવેર, એવ. લે.દી વડે કરી ગયેલા મગફળ માંસને

દેાષુ બુદ્ધિમાન બક્ષણુ કરે ?

૩. જેઓ માંસનું લોભન કરે છે તેઓ અમૃતરસ છોડીને હલાહલ વિષ ખાય છે.

૪. જે માણસ પોતાના શરીરે જોઈ કાળનું તણખણ વાગવાથી પણ દુભાય છે, તે નિરપરાધી પ્રાણીઓને તીક્ષ્ણ હથિયાદો વડે મારતાં કેમ કંપતો નથી ?

૫. નિર્દય માણસમાં ધર્મ હોય નહિ તેમ માંસ બક્ષણુ કરનારમાં દયા ક્યાંથી હોય ?

૬. પાપના ભય વિના માનવભવ સુધી જીવે આવશ્યક દુઃખર છે. જ્યારે માંસ અધઃપતન કરી નીચે દુર્મર્તિમાં હઈ જાય છે. પછી ત્યાંથી મનુષ્યભવ મેળવનાં કાળના કાળ નીકળી જાય છે.

૭. પરલોકના નરક-નિર્ગોદના અતંત દુઃખને માટે ખનનારી માંસ-લોભનની પ્રવૃત્તિ કયો વિવેકી કરે ?

૮. પ્રાણીવધનો ત્યાગી દયાધર્મનું આવરણ કરનાર છવ જવોભવ સુખી થાય છે. જ્યારે માંસાહારી અનેક જન્મો સુખી દુઃખી બને છે.

૯. માંસબક્ષણના ત્યાગ વિના ધન્દ્રિયોનું હમન-દાનાદિ ધર્મ-તપાદિ સર્વ નિષ્ફળ છે.

૧૦. માંસાહારના મહાપાપથી નિરાધાર સ્થિતિ, ઇંદનો વિયોગ, દુઃખ, દરિદ્રતા, દૌર્ભાગ્ય, વગેરે અનેક દુઃખો પરાધીનપણે વેઠવા પડે છે.

* માંસાહારી અને શાકાહારી વચ્ચેના લક્ષણ-ભેદ

માંસાહારી પશુનાં લક્ષણો

- (૧) ખીજને ફાડી ખાવા માટે વાંકા અને વજ્ર જેવા તીક્ષ્ણ નખ.
- (૨) જલરાગિન કાચુ માંસ પચાવવાની તાકાત ધરાવે છે.
- (૩) દિવસના જીંઘે-રાત્રે ખોરાક શોષે છે.
- (૪) ખોરાક ચાવતાં નથી.
- (૫) જીભથી ચાટીને પાણી પીવે છે
- (૬) શ્રમ લે છે ત્યારે પરસેવા થતો નથી.
- (૭) સિંદાદિને પસીના થાય ત્યારે તેની પ્રકૃતિ બગડી ગળાય.
- (૮) સિંદાદિ પ્રાણીઓના દાંતમાં દાંતોમાં દાંતી જેવી તીક્ષ્ણતા છે.
- (૯) માનવી એકલા માંસના ખોરાકથી જીવનનિર્વાહ કરી શકતો નથી તેને પાનુ વનસ્પતિ-જન્ય ખોરાક લેવાની કર-જિયાત જરૂર પડે છે.

શાકાહારી નરનાં લક્ષણો

- (૧) માણસને તેવા નખ નથી. કિતલખાનામાં શસ્ત્રથી કામ લેવું પડે છે)
- (૨) માણસમાં તે નથી.
- (૩) દિવસે આદાર અને રાત્રે આરામ.
- (૪) ખોરાક ચાવીને ખવાય છે. (તો જ પચે છે અને રોગ નથી થતો.)
- (૫) ઘુંટડે ઘુંટડે પાણી પીવાય છે
- (૬) શ્રમ લેતાં પરસેવા થાય છે.
- (૭) માણસને પસીના ન થાય ત્યારે જ્વારાદિકથી પ્રકૃતિ બગડ્યાનું ગળાય છે. પસીના થાય તો તંદુરસ્તી ચોગ્ય જળાય છે.
- (૮) તીક્ષ્ણતા નથી હોતી.
- (૯) વનસ્પતિ આદારીને માંસની ગિતકવ જરૂર નથી. આખી જિંદગી સુખથી પસાર કરી શકે છે.

● માંસના ઉપયોગ શા માટે નહિ ?

[૧] માંસ મનુષ્યને વાસ્તવિક ખોરાક નથી, સૃષ્ટિ વિરુદ્ધ છે. [૨] આરોગ્યને બાધક, અચોગ્ય, અપ્રત્યક્ષ, અહિતકર અને અયુગ્યને બાધક છે. [૩] માંસનું રૂપ આંતરને પશુ મન તેવું નથી. [૪] દુર્ગંધ મારતું હોય છે. [૫] અપવિત્ર ગણાય છે. [૬] નિર્દોષી હતુ છે. [૭]

[૭] પ્રાણીને મારતી વખતે તેનું લોહી ઉઠાવી છોડે છે. તેની હથ અસર ખાનારને થાય છે. [૮] માંસ ખાવું એ ધર્મ નહિ અધર્મ છે. [૯] મનુષ્યનો આધાર વીર્યશક્તિ ઉપર રહેલો છે, માંસ ઉપર નહિ. [૧૦] માંસ ખાવાથી તાકાત વધતી નથી. માંસ નહિ ખાનાર, હાથી, ઊંટ, જિરાફ, હરણ, ઘોડો, પાંદડું ખાસિયતોમાં મુખ્ય સ્થાને છે. [૧૧] અન્નફળ, દૂધ આદિ પદાર્થોથી શારીરિક તંદુરસ્તી ધણી ઉત્તમ રહે છે, જ્યારે માંસથી તંદુરસ્તીનો નાશ થાય છે. [૧૨] જ્યોત્ બનાંક શોએ પાટીમાં અભિપ્રાય કહ્યો કે ‘માડું પેટ કષ્ટસ્થાન નથી.’ [૧૩] કુદરતનો નિયમ છે કે મોટા નાનાનું રક્ષણ કરે. [૧૪] આ-લોકમાં કેન્સર જેવા બયંકર વ્યાધિની અને પરલોકમાં બયંકર નરકની ભેદ આપે છે.

● માંસાહાર અંગે ડોક્ટરોના અભિપ્રાય :-

● (૧) ડૉ. ડેવન્ટ બેલ M. D. ‘કેન્સર સ્ક્રીન એન્ડ હાઈ ફિલ્ટ્રેશન ઇટ’ પુસ્તકમાં લખે છે કે બે કરોડ અને પચીસ લાખ માનવી અને એકલા છુગ્ગેન્ડ અને વેલ્સમાં ૬૦ હજાર માનવી કેન્સરથી મૃત્યુ તેનું મુખ્ય કારણ માંસનું બોજન છે. માટે માંસનો કું નિબેધ કરું છું.

● (૨) ડૉ. બેઝ મીનમાં મુચાહરી કરવા તથા તે વખતે અનાજ ખાનારા ૪ મજૂરો પોતાને ઇલાજવા માટે રાખ્યા. વારા-ફરતી બે બે જણ ઇલાજતા હતા. ત્રણ દિવસ પછી મૃત્યુનો ખોરાક આપ્યો તો તે મજૂરો ચાકી જતા જણ્યા. કારણકે શક્તિ ધરી ચઈ, તે પ્રત્યક્ષ થયું.

● (૩) સર વોલ્ટર સ્કોટ ફરગ્યુસને લખ્યું છે કે ૬૫ વર્ષની ઉંમરે તેના વર્ગમાં ભાષણ આપતાં લકવો થઈ આવ્યો. તેમની સારવાર માટે તેમના મિત્ર રસાયણશાસ્ત્રી ડૉ. બ્લેકને બોલાવ્યા, તેમણે શાકાહારી થવાની ભલામણ કરી. તે શાકાહારી થયા તેથી તેમના અવયવો સારા થઈ ગયા. તેથી તેઓ નિરોગી તથા ધીવતવાન શરીર સાથે ૩૦ વર્ષ વધારે જીવન જીવ્યા.

● (૪) ડૉ. સ્મિથ કહે છે કે ધરાનને અપ્રસિદ્ધ જંગલી સ્થાનમાંથી ઘણી જ સત્તાવાળું ને ભય રાજ્ય બનાવ્યું તે સૈરસ બાદશાહ નાનપણથી જ સાદામાં સાદો વનસ્પતિનો ખોરાક ખાતો. તેના સિંપાઈઓ રોટલી-બાજીપાકા-તેજ સાથે નિર્વાહ કરતા, છતાં ટૂંક સમયમાં દબરો માર્છતની દૂચ કરવાને શક્તિમાન બતા. ઘણી લડાઈઓમાં વિજેતા બન્યો. સામા પક્ષે ગમણી ફોજ હોય તો પાણુ તે ડરતો નહિ.

● (૫) ડૉ. દિગ કહે છે કે ખરેખર પાચનશક્તિના કલેશના અને પિત્ર વધવા તથા માયું દુઃખવાની સાથેના બીજા દરદો લોહીમાં માંસાદારથી વૃદ્ધિ પામેજી યુરિક એસિડના કારણે છે.

● (૬) ડૉ. દિમ વળે છે કે માંસ ખાનારા અને ચાન ખાનારામાં જન્મમતે લઈને જે ભય પગાડ થકો તથા તેનાં વધારે બીજાં અનિષ્ટ પરિણામો આવે છે, તેના કરતાં સરખામણીમાં ઘણાં ધોરાં જ પરિણામો માંસ અને ચાદથી પદરેજ રાખનારાઓમાં આવે છે. માંસાદારો વધારે બીડાનો ભોગ બને છે, તેમજ શારીરિક ખુબારી સહે, દવાના ઉપચાર કરવા જતા હિંમે પણ ખુબાર થાય છે.

● (૭) અમેરિકાની લાર્વેઈ નિઝિક સંસ્થાના ડૉ. એ. વાન્ડરબીન અને ડૉ. ડી. એસ. બર્નરની વેબસાઈટ ૧૬૬૮. બાબ ૧ તથા ૬૫૮ ૧૬૬ પર તેની માતાની મદન્યકૃત્તી નોતાનિક ભાષણ પરિણામ વિશે લખે છે. માંસ ભક્ષકથી લાકડાં કમજોર અને છે.

કહું છું કે વનસ્પતિના ખોરાકથી પોષણ પામેલાં જન્યાંઓ દુઃખ-રહિત તથા કીવતથી ભરપૂર રહેવાં જોઈએ.’

● (૧૨) મિસ્ઠર ફેલેમિન્ગ કહે છે કે માંસ કપાયા પહેલાં પ્રાણીને થતા રોગોની પરીક્ષા તેની આગાદ અવસ્થામાં થતી નથી. તેથી તેના રોગનો વારસો માંસાહારીને પ્રાપ્ત થાય છે, અને જીવનને જોખમમાં મૂકી દે છે.

● (૧૩) ડૉ. કેમરને અનુભવથી કહ્યું છે કે મોઢામાં તથા પગમાં થતા સોજના રોગ તે ખરેખર પશુઓનાં જ છે. તે માંસના ખોરાક સાથે માણસના શરીરમાં દાખલ થાય છે.

રત્નીન્દ્રનાથ ટાગોરનો નિર્દયતા સામે સક્રિય વિરોધ

‘એનિમલ વેલ્ફેર બોર્ડ’ તરફથી પ્રગટ થતાં ‘એનિમલ સિટીઝન’ નામના ત્રિમાસિકના છેલ્લા અંકમાં જણાવવામાં આવ્યું છે કે :-

“જ્યારે હું નદી પ્રત્યે જોતો હતો ત્યારે એકાએક મેં એક વિચિત્ર લાગતા પક્ષીને સામે પાર જવા માટે મુસીબતથી પ્રવાહમાં તરતું જોયું અને એકાએક કાઈ સનસનાટી થઈ. મને જાણાયું કે એ એક પાંગોસો મૃત્યુ દત્તો, જેણે કપાતાં બચવા માટે પાણીમાં અંપલાયું, અને હવે કિનારે પહોંચવા મરણતોલ પ્રયાસો કરી રહ્યો હતો. તે ક્ષમ્ય કિનારે પહોંચે ત્યાં તેના નિર્દય દત્તારાઓએ તેને પકડી ખાઈ્યો અને ગરદન પકડી રસોઈવાને સોંપ્યો. મેં રસોઈવાને તરત જ જાણવી દાહું કે હું ખાણમાં માંસ ખાઈશ નહિ.

“મારો નિર્ણય થઈ ચૂક્યો કે માંસાહાર છોડવો જ જોઈએ. માંસાહારીઓ માંસ ખાય છે, કારણ તેઓ માંસ માટે થતા પાપ અને નિર્દયતાનો તેઓ વિચાર કરતા નથી. માનવસંજિત એવા હતા કેનારિયા છે, જેનું પાપ અને અનૈતિકતા, આદતો અને અપ્રતિભા દેશના સૌ જાણી જાય છે. પણ નિર્દયતા એ એવા જનાર નહીં, એ મૂરખતા સાથે છે અને તેની વિરુદ્ધ કાઈ દલીલ કે અપરાધ સાબિત થઈ શકે. તે માત્ર આપણું આપણું હૃદયને નિઃશૂર ન બનાવે.”

લોહીમાં તેનાં તત્ત્વો ફરવા માંડે છે અને લોહીમાં પૂરતું કામ બજતી છેવટે તેનો ઉપયોગમાં ન આવતો ભાગ બહાર નીકળે છે. તે બહાર નીકળવા માટે મુખ્ય ચાર રસ્તા છે. પેશાબ, મળ, શ્વાસોશ્વાસ અને પરસેવો. જેટલે જેટલે અંશે આ માર્ગો ખુલ્લા નથી હોતા તેટલે તેટલે દરબજે શરીરમાં ચાલતી દરેક ક્રિયાનો અવરોધ થાય છે, અને તે તે પ્રમાણે શરીરમાં વ્યાધિ થાય છે.

માંસમાં મુખ્ય ધ્યાન ખેંચનારું તત્ત્વ “યુરિક એસિડ” નામે છે. તેનો બહાર નીકળવાનો મુખ્ય માર્ગ પેશાબનો છે. જેટલા પ્રમાણમાં માંસાદાર વધારે લેવાય છે તેટલા પ્રમાણમાં તે વધારે ઉત્પન્ન થાય છે, ને ઘટતા ફેરફાર બાદ પેશાબમાંથી બહાર નીકળવા દરમ્યાન લોહીમાં તેની હાજરીથી એવો ફેરફાર થાય છે કે લોહીની કેશવાદિનીમાંથી તે પદાર્થ પૂરતો બહાર નીકળી શકતો નથી અને ન નીકળવાથી તેટલા પ્રમાણમાં તે લોહીમાં રહેવા પામે છે. અને આવી રીતે બગેલાં લોહી જ્યાં જ્યાં ફેરે છે ત્યાં ત્યાં તેની અસર થતી જાય છે. જેથી લકડો, નજલો, માથું દુઃખવું, પિત્ત વધવું છત્યાદિ લોહીવિકારના રોગ માંસાદારીને સંકેતાર્થથી થાય છે.

(૩) દારૂ પીવાની રેવ પડે છે :- માંસાદાર ખાવાથી એક જનની તરસ લાગે છે અને તે છિપાવવાને માટે દારૂ પીવો પડે છે. તેમ કરનાં દારૂની રેવ પડે છે, અને દારૂ પાણી વ્યસન લેવાથી એકને બહાર બે જનની બધી ગળે વળગે છે.

૨૧. રોગ :- M. A., M. D. તબીબે છે કે દારૂ તે કૃત્રિમ કિનેટિક છે. કિનેટિક પદાર્થ શરીરમાં જે ભંડોળ (બળ) અગાઉ આવડો રાખેલો હોય છે તેનો જ માત્ર ઉપયોગ કરે છે અને જેટલા જેટલા પ્રમાણમાં આવા ભંડોળનો અગાઉ ઉપયોગ થઈ ગયો હોય તેટલો તેટલો કિનેટિક બળ વધારે ઉત્પન્ન કરવામાં વધારે કિનેટિક બળને વહેર કરે છે. જ્યાં સુધી બહાર નીકળે છે, તે બહારથી નવા

લોહીમાં તેનાં તત્ત્વો ફરવા માંડે છે અને લોહીમાં પૂરતું કામ બજવી છેવટે તેનો ઉપયોગમાં ન આવતો લાગ જવાર નીકળે છે. તે બહાર નીકળવા માટે મુખ્ય ચાર રસ્તા છે. પેશાબ, મળ, શ્વાસોશ્વાસ અને પરસેવો. જેટલે જેટલે અંશે આ માર્ગો ખુલ્લા નથી હોતા તેટલે તેટલે દરબજે શરીરમાં આકર્ષી દરેક ક્રિયાનો અવરોધ થાય છે, અને તે તે પ્રમાણે શરીરમાં વ્યાધિ થાય છે.

માંસમાં મુખ્ય ધ્યાન ખેંચનારું તત્ત્વ “યુરિક એસિડ” નામે છે. તેનો બહાર નીકળવાનો મુખ્ય માર્ગ પેશાબનો છે. જેટલા પ્રમાણમાં માંસાહાર વધારે લેવાય છે તેટલા પ્રમાણમાં તે વધારે ઉત્પન્ન થાય છે, તે ઘટતા ફેરફાર બાદ પેશાબમાંથી બહાર નીકળવા દરમ્યાન લોહીમાં તેની હાજરીથી એવો ફેરફાર થાય છે કે લોહીની કેશવાદિનીમાંથી તે પદાર્થ પૂરતો બહાર નીકળી શકતો નથી અને ન નીકળવાથી તેટલા પ્રમાણમાં તે લોહીમાં રહેવા પામે છે. અને આવી રીતે બગેરું લોહી જ્યાં જ્યાં ફરે છે ત્યાં ત્યાં તેની અસર થતી જાય છે. જેથી લકવો, નજલો, માથું દુઃખવું, પિત્ત વધવું છત્યાદિ લોહીવિકારના રોગ માંસાહારને સહેજાઈથી થાય છે.

(૩) દાઢ પીવાની ટેવ પડે છે :- માંસાહાર ખાવાથી એક જાતની તરસ લાગે છે અને તે છિપાવવાને માટે દાઢ પીવી પડે છે. તેમ કરતાં દાઢની ટેવ પડે છે, અને દાઢ પાનું વ્યસન ધોવાથી એકને બદલે બે જાતની બદી ગળે વળગે છે.

ડૉ. લેગ :- M. A., M. D. કહે છે કે દાઢ તે ધૃતિમ કિનેજટ છે. કિનેજટ પદાર્થ શરીરમાં જે બંદોળ (ગળ) અગાઉ સચાવી રાખેલો હોય છે તેનો જ માત્ર ઉપયોગ કરે છે અને જેટલા જેટલા પ્રમાણમાં આવા બંદોળનો અગાઉ ઉપયોગ થઈ ગયો હોય તેટલો તેટલો કામ માં જળ વધારે ઉત્પન્ન કરવામાં વધારે કિનેજટ અસર કરે છે. તે જવાબ કહી શકાય છે, તે બહારથી નવા

બળને વધારે કરે છે. અને ઉરોગ્રહ છે તે ને શરીરમાં અમાઉનું બળ પડેનું છે તેજ ઉપયોગમાં બદલ લાવે છે. આથી કરીને ખરું બળ ને પ્રમાણમાં ખોરાક લઈએ તે પ્રમાણમાં હેલ છે, નહીં કે ને પ્રમાણમાં ઉરોગ્રહ પદાર્થ લઈએ તે પ્રમાણે. ને માથુસ બળ મારે ઉરોગ્રહ પદાર્થ ઉપર આધાર રાખે છે તે પોતાની ધારણામાં નિમ્નજ નવ છે તથા મરણ પણ પામે છે. કારણ કે તેથી કરીને તેના અંગનામાંથી ખોટ પડે છે અને તે પુણું રીતે ખેલ પુરાતી નહીં હોવાથી શારીરિક સંપત્તિનું દેવાનું નક્કી કાઢવું પડે છે.

(૪) પ્રકૃતિ નામસી થાય છે - તામસી પ્રકૃતિમાં વધારે થાય છે અને આપણે જાણીએ છીએ કે તામસી પ્રકૃતિવાળા પોતાના સ્વભાવને કાળમાં રાખી નથી શકતા. સ્વભાવને કાળમાં રાખી નહીં શકવાથી મરણ વિશ્વ કંઈ પણ થના એકદમ ગુસ્સે પેદા થાય છે અને ગુસ્સાના પરિણામ કેવા આવે છે તે અમુક કેસો અમુક વ્યક્તિએ ગુસ્સામાં હાલતાને પેદા લાત-હરી મારીને મારી નાંખ્યા. હકો માર્યો ને ખોપરી ફરી, આ બધું માંસાદારનું પરિણામ છે.

લેન્સેટમાં (Vol. I. 1869) બિ. લીબીંગ સિદ્ધ કરવા મારે છે કે માંસાદારથી માંસાદારી જાતોમાં ધાનકી અને કન્યા-ખોર સ્વભાવ પેદા થાય છે, અને આ સ્વભાવને લીધે તેઓ શાક-હારીથી જુદા એકબીજા આવે છે. ગીસનના એનેરોમિકલ મેમ્બી-યમમાં એક રીંગ રાખવામાં આપ્યું હતું, જે સ્વભાવે શાંત અને નમ દર્શાવતાં ત્યાં સુધી તેને હજી રોટીનો જ ખોરાક આપવામાં આવતો હતો ત્યાં સુધી. પણ થોડા દિવસના માંસાદારથી તે દુર્ગંધી અને ઝડપી ફર જતી થઈ.

(૫) લીવાનાપણ વધે છે :- આ દરદ માંસથી વધેલ લીવાના ફેરાસને લીધે મેનજ ઉપર થતી અસરને લીધે હોખવે છે.

ભારતીય-કરતાં યુરોપિયન અને અમેરિકન પ્રજામાં કે જ્યાં માંસાહાર ખોરાક વિશેષ પ્રમાણમાં વપરાય છે ત્યાં મેન્ટલ હોસ્પિટલ—ઠીવાન-શાળા (પાગલખાના)ની સંખ્યા વિશેષ છે. હજારો માનસિક ચિકિત્સકો છે, અને હિસાબ વિનાના દરદીઓ છે.

(૬) રૂપમાં સરસાઈ ભોગવતા નથી :—માંસના ભોગવથી શરીરના અવયવોમાં ખામી જીમી વાય છે. ભિન્ન ભિન્ન રોગથી શરીરનું તેજ—સાવણ્ય—સૌન્દર્ય હીન કોટિનું બનતું જાય છે. જે શાકાહારીના રૂપની સાથે તુલનામાં આવી શકતા નથી.

(૭) રોગોત્પાદક માંસ :- પશુઓ જ રોગિષ્ઠ હોવાથી તેનું માંસ ખાનારને રોગો થાય છે. જે જે પ્રાણીઓને ગ્રખ્યે કરવામાં આવે છે, તે તે પ્રાણીઓ ક'ઈ તંદુરસ્ત હોતાં નથી. શરીર વ્યાધિ તેમજ જ્યારે તેઓ અશક્ત થાય છે ત્યારે તેમને કસાઈખાને લઈ જવામાં આવે છે. પ્રાણીના માંસથી માંસાહારી લોકો ભયંકર દરદના ભોગ બની રિમાય છે.

પ્રો. ગામગી પોતાના રીપોર્ટમાં કહે છે કે 'જે કુલ માંસ ખાવાના ઉપયોગમાં લેવાય છે તેનો પાંચમો ભાગ ઝેરી તેમજ જૂનાં દરદથી પેદાતાં જનાવરોને મારવાથી થાય છે.'

સર રોબર્ટ એમ. ડી. ખાત્રીથી કહે છે કે જે જનાવરોને પાકાં જેવાં દરદો થયાં હોય છે તેઓનું માંસ તથા દૂધ જેવા પદાર્થો એટલા તો ઝેરી છે કે જેઓ તેને અડકે છે અથવા ખાય છે તે બધાં સ્વચ્છ રાત્રિ ગંભીરપણે દેરાન થાય છે.

ડો. એ. કાર્પેન્ટરે કહેતું કે એક પોલીસનો એગન્ટ કે જે મેટ્રોપોલીટન મીટ માર્કેટનો ઇન્સ્પેક્ટર હતો. તેને પ્રતિજ્ઞાપૂર્વક નિર્દેશ પ્રમાણે કહેતાં મેં સાંભળ્યું છે કે 'લંડન (ધ્યાન આપવું તેમજ જેવાની મારકાટમાં જે માંસ મોકલવામાં આવે છે તે મેં કે ૮૦ ટકા દુધ વગેરે મેગનનક હોય છે.'

(૧) અકરોતયા થઈ જવાય છે :- એનું સંખિત થયું છે કે પુરુષ જગ દુઃખીયજવાને માંસ મેદા જથ્થામાં લેવું પડે છે. તેથી ધીમે ધીમે અકરોતયા થઈ જવાય છે.

(૨) બળની ચતી હાનિ :- તેથી મેદાં પરાક્રમ થતાં નથી. વળી જગ વધારે વાર દુઃખી નથી રહવાથી જગરાજા ને કામ કરવાનાં દોષ છે તેમાં માંસાહારી પ્રભુ કરીદાર્દમાં દુઃખી રહતી નથી. જગરાજા કામ કે જેમાં જોભ ઉત્તરવાનું કામ છે, રમવા-દોડવાની રહેલો છે, અથવા અંતરથી લાગ્યા રહેવાના ને કામો છે, તે કામોમાં દંમેદાં વનસ્પતિ આહારવાગાઓએ જ મેદાં દરેક મેજરી છે.

(૩) આયુષ્ય ઘટે છે :- માંસાહારથી આજી મરણ થાય છે, જલદી ધડપણ આવે છે, મદ્યાદનાં અને ચેત્તીવિકારનાં ચિદ્ધો જલદી પ્રગટે છે.

માંસનો નિવેષ કરતાં સર્વપ્રજાનાં ધર્મશાસ્ત્રો :-

માંસાહારની બાબતમાં સ્વાદલોહુપ વ્યક્તિઓએ ધર્મશાસ્ત્રનું ઉલ્લંઘન કરવામાં ચરમ-સંકેત રાખ્યો નથી. આત્માને સુખી કરનારું પરમતત્ત્વ જીવહયા-આદિ-સા-સંયમ કરુણ છે. તેનો વિશ્વાસ કરવાનું વિધાન સર્વ ધર્મશાસ્ત્રમાં છે. જો દરેક પ્રભુ-પ્રેતાના ધર્મશાસ્ત્રનું માન લખવે તો આપોઆપ માંસાહાર બંધ થયા વિના રહે નહિ. ધર્મની આજ્ઞાનું ઉલ્લંઘન એટલે ઈશ્વરના ઈન્દુનું ઉલ્લંઘન છે. સર્વજીવોને સુખી કરનાર અદિત્યા છે. તેનારે દુઃખી કરનાર દિત્યા છે.

માંસાહારની લોહુપતાને લઈને શ્રદ્ધા રહી નથી.... પરંતુ

પોતાનું અશુભ કરેલું પોતાને જ કર્મની પીડાથી ભોગ-
વવાનું છે. કોઈને પીડા આપવાથી કદી પણ સુખ મળતું
નથી. પરંતુ અનંત વેદના ભોગવવી પડે તેવી નરકમાં
સ્થિતિ થાય છે જેનું વર્ણન છેલ્લે આપવામાં આવ્યું છે.
તેમ જ્ઞાની પુરુષો ધર્મશાસ્ત્રમાં વર્ણવે છે. દરેક પ્રજાના
ધર્મશાસ્ત્રમાં માંસના ભોજનનો નિષેધ ભેવા મળે છે.
જે નીચે મુજબ છે :

બાઈબલના જેનીસીસમાં 'ખુદ્દુ' ફરમાન છે કે

(૧-૨) 'Behold I have given you every herb
bearing seed, which is upon the face of all
the earth, and every tree in the which is the
fruit of a tree yielding seed, to you it shall
be for your food.' (Gensis-Chap 1-297)

'And ye shall be holy men unto me;
neither shall ye eat any flesh that is torn of
beasts in the fields.' (BIBLE-CHAP-22)

પરમેશ્વર કહે છે કે 'જુઓ તમે ! મેં તમને જે દરેક જાતના
બીજ આપનારા છોડવા આપેલા છે, જે પૃથ્વીના દરેક ભાગમાં તમને
મળી શકશે અને દરેક જાતનાં વૃક્ષો આપેલાં છે કે જે ફળ અને બી
પૂરું પાડે. અને તે વસ્તુઓ તમારા ખારાકને માટે કામ આપશે.'

'અને તું મારી તરફ પવિત્ર રહેજે. કોઈ પણ જાતનાં માંસ
આપેલ નથી કે જે એક જાંતરના નિરઅપરાધી જનવરોને કાઢી
ફાંસ આપવાના હેતુએ કાપેલું છે ! —બાઈબલ પ્રકરણ : ૨૨

(૩) 'And when ye spread forth your hands,
I will hide mine eyes from you yes, when ye

make many prayers, I will not hear because hands are full of blood.'

‘દે માંસાદારી તું પને પડીય ત્વારે કું’ આંખ બંધ કરી
દર્દમ અને તમારી પ્રાર્થનાઓ સંજોગીય નહિ, કારણ કે તમારા હાથો
સોડીયા ખરાબેલા છે — દુર્રીઆ, અધ્યાય-૮ આવાત-૧૫.

(૪) ‘દે જલસા તેરા ઇસીએ, માંસ ખાના છોડ દે,
છેલ મુબારક પેટડો, કબરે બનાના છોડ દે”

(૫) બાબા નાનકે (મંચસાદેખાં) કહે છે કે :-

‘જે રત્ત લગે કપડે, જામા હોય પસિત,
તે રત્ત આધી માનસા, તે કિમ નિરમલ ચિત્ત ?

‘કપડા હપર સોડીના એક કામ પડવથી શરીર અપવિત્ર
જેવાય છે. તો પછી તે જ ખૂન, સોડી પેટમાં જવાથી નિમંજ
ચિત્ત હોવી રીતે થઈ શકે ? બદારની અપવિત્રતા પાણીથી દૂર થઈ
શકે છે, પણ હૃદયની અપવિત્રતા દૂર કરવી થયી કુશ્વર છે.

(૬) કમીર ફરમાવે છે કે :-

‘તિલજાર માહલી ખાય દે, કોટી ગો દે જાન,
કાશી કરવટ હો મરે, તો જો નરક નિદાન.

‘જે મનુષ્ય તતબર જેટલી માહલી ખાય પછી કરોડો માપોનું
જાન આપે કે કાશીએ જઈ કરવટથી મરે છતાં તેની નરક મટતી
નથી.

(૭) કુરાને શરીફ : (૨૨મી સુરા : ૨૭મી આવાત)

‘તેઓનું (પશુઓનું) માંસ તેમજ સોડી પુદાને કદી પહોંચવું
નથી પણ તમારી પહેલગાંધી-દવા તેને પહોંચે છે.

પ્રાણીઓની દેહનિ મુસવમાન ધર્મ પ્રમાણે નાપાક ચીજોમાંથી
છે, તેથી માંસ પણ નાપાક છે. આથી માંસ લાલચ, ધર્મ વિરુદ્ધ છે.

(૩૫) એક સોયની અણી વાગતાં કે ડાલતું અણિયારુ વાગતાં આપણને કેટલું દુઃખ થાય છે ? એ અનુભવસિદ્ધ છે તો અપરાધ વિનાનાં નિર્દોષ પ્રાણી ઉપર છરી ફરી વળતાં કેટલું દુઃખ થતું હશે ! તે વિચારી તો જુઓ ! ખરેખર જીવને મોતવું દુઃખ બધાં દુઃખો કરતાં વધારાનું છે. બીજાના કરેલા મોતથી અનેકવાર મોતની સખ ભોગવવી પડે છે, કર્મના નિયમ અટકા છે.

(૩૬) પુરાણકાર કહે છે :-બધા શુક એ બ્રહ્મા છે. માંસ એ વિષ્ણુ છે. અસ્થિનો સમૂહ ઈશ્વરરૂપ છે. માટે માંસ નહિ ખાવું જોઈએ. માંસ ખાનાર બ્રહ્મા-વિષ્ણુ-ઈશ્વરનું અપમાન કરે છે, અને માંસનો ત્યાગી એમનો ભક્ત બની સન્માન કરે છે.

(૩૭) માંસ ખાવાથી દેહની શોભાલક્ષ્મી, સુમતિ, સુખ, પવિત્રતા, સત્ય, યશ, કીર્તિ, પુણ્ય, શ્રદ્ધા, વિશ્વાસ, આરોગ્ય, સદ્ગતિ...આ બધાનો નાશ થાય છે.

(૩૮) મનુસ્મૃતિમાં કહેવામાં આવ્યું છે કે (૧) માંસાહારને દેશ આપી અનુમોદન કરવાવાળાને (૨) પ્રાણીના અંગને કાપનારને (૩) પ્રાણીના પ્રાણનો નાશ કરનારને (૪) માંસ વેચનારને (૫) માંસ ખરીદનારને (૬) માંસ રાંધનારને (૭) માંસ પીરસનારને (૮) માંસ ખાનારને. આ સર્વેને પંચેન્દ્રિયજીવના પ્રાણીવધનું પાપ લાગે છે.

(૩૯) જુદા જુદા ધર્મોના સારભૂત મંત્રો :- (૧) અભય-દાન એવું ધર્મ છે (૨) અહિંસા પરમે ધર્મઃ (૩) દયા ધર્મનું મૂળ છે. (૪) માં દિશ્યાત્ સર્વભૂતાનિ (૫) Thou shalt not kill (૬) સર્વ જીવો સાથે મિત્રી-પ્રેમ અને વાતસલ્ય કેળવો (૭) જીવેલી રક્ષાદી જાતની રક્ષા છે. (૮) જીવો અને જીવવાનો.

(૪૦) જેના હૃદયમાં દયા છે, તેના આયુષ્યની વૃદ્ધિ થાય છે, પ્રજાની વેળા વહે છે, નામ અને કૃતિને કિન્નરરૂપ કરે છે, ધન વધે અને પ્રતિષ્ઠા વધે છે, નિરાંતર આરોગ્યને પ્રાપ્ત કરે છે અને જેના હૃદયમાં ક્રોધ છે અને સંસાર સમુદ્રને સુખેથી તરી જાય છે.

૨૨. વિલાયતી દવાઓમાં અભક્ષ્ય

[૧] કોડલીવર પીલ્સ : દરિયાઈ માછલીના કલેબની તેલની ઝેણી.

[૨] સ્કોટ્ઝમલ્ડશન ઝેણરીફ : બળદ અને પાકાના અમુક ભાગનું માંસ.

[૩] ત્રિરોફ :— ગાયના મગજનો માંસરસ.

[૪] બીફાઇરન વાઇન :— ઘેટાના માંસયુક્ત ખાંડી.

[૫] કાર્બિક લીકવીડ :— માંસરસ મિશ્રિત પીલુ.

[૬] સરોવાની ટોનિક :— સ્પિરિટ (મદિરા) યુક્ત.

[૭] એક્સટ્રેક્ટ મોલ્ટ :— મધ અને માંસ મિશ્રિત.

[૮] એક્સટ્રેક્ટ ચિકેન :— કુકીના બચ્ચાનો રસ

[૯] વેસેન ડન :— ડુક્કરની ચરણી.

[૧૦] પેપસીન્ટ પાવડર : કૂતરા અને ડુક્કરની ઝેણી (અંક)નો ખૂખો.

[૧૧] પેસેલ તથા મળાં ઇએક્ટયનો, કેપ્સુલો-ટેબ્લેટો તથા લીફ્લીટ દવાઓ વિવિધ પ્રાણીઓમાં—વાંદરાં બળદ-ગાય-સસલાં-ઘેટાં-દેડકાં-માછલી વગેરેના લીવર-કલેબ-આંતરડા-આદિ ભાગોમાંથી અર્ક જેવીને બનાવવામાં આવે છે. આ સર્વેને અભક્ષ્ય બલુવા અને ત્યાગ કરવો જોઈ એ.

વનસ્પતિ આહારની કલ્પના

• નુખ માટે માંસાહાર કરતાં શાકાહાર એ વધુ

કુદરતી ખોરાક છે. ૨. નિરાભિષાહાર સહનશક્તિ વધારે છે. ૩. આરોગ્યવૃદ્ધિ માટે પણ એ માંસના આહારથી ચઢિયાતો છે. ૪. એ માંસાહાર જેવો અશુદ્ધ અને પરિણામે રોગવૃદ્ધિ કરનારો ખોરાક નથી. ૫. ક્ષારો, પ્રજવકો અને જીવનદ્રવ્યોની બાબતમાં એ માંસાહાર કરતાં અનેક રીતે ચઢિયાતો છે. ૬. દીર્ઘાયુષ્ય માટે એ ઉત્તમ છે ૭. આર્થિક દૃષ્ટિએ એ સોંઘો છે. ૮. એ ઉત્પન્ન કરવાથી કોઈ વ્યક્તિનું નૈતિક અધઃપતન થતું નથી. ૯. એ ખાવા માટે શિકાર જેવા ઘાતકી શોખો અને બીજી અનેક પ્રકારની કૂરતાની જરૂર નથી. ૧૦. શરીરશાસ્ત્રના અને વિકાસવાદના અનેક વિદ્વાનોએ આ આહારને આશીર્વાદ આપ્યા છે, એટલે એ વૈજ્ઞાનિક માન્ય છે. ૧૧. ધર્મની ચોખ્ખતા, દૃઢ્યની કોમળતા માટે અનુકૂળ છે. ૧૨. સાર્વિક છે.

૯ : માખાનું આભરણ.

માખાનું છાશમાંથી બહાર કાઢ્યા પછી તરત અંતર્મુદ્ગર્માં ઘણાં સૂક્ષ્મ તદ્દવર્ણન. ત્રણ જંતુઓનો સમૂહ બિંદા થાય છે. તેની પિંડાના કારણે માખાનું આભરણ મળે છે.

માખાનું ૧. ગાયનું ૨. બેંસનું ૩. બકરીનું ૪. ગાડાનું. એમ ચાર પ્રકારે બને છે. જ્યાં મુધી માખાનું જમવાનું દિવા છે ત્યાં મુધી છાશની એચિરિત્તાને કારણે જરા શુભ ઉત્પન્ન થતા નથી. જ્યારે માખાનું છાશનું બહાર નીકળતું તદ્દવર્ણન ન દેખાય તેવા સૂક્ષ્મ



ત્રસ જીવોની ઉત્પત્તિને ચોક્કસ જાણે છે, અને ત્રસ જીવો ઉત્પન્ન થવા લાગે છે.

❶ જે ત્રણ દિવસનું દહીંનું વઢોણું કરતા તેમાં અતિતરસના કારણે અનેક ત્રસ જન્મીએનો નાશ થાય છે.

❷ માખણનું બોજન કામચલાન-વિહારને વિશેષ ઉત્તેજિત કરનારું છે. મનમાં જે વિરક્તિ ઉત્પન્ન થાય છે, અને આદિત્ર માટે હાનિપ્રદ છે. આ બધા કરણોને લઈને માખણને અસહ્ય જણાવી લેવા કરવાનું કામ છે.

માખણ તથા ચિદાન પ્રમુખના જે જીવ ઉત્પન્ન થાય છે તે આગમ-સમ્યક છે. આગમને અર્થથી કહેનારા સર્વજ્ઞ ભગવતો છે. એમની કહેલી દહીંકનો સત્ત્વ અને નિઃશંક એટલે શંકા વગરની હોય છે. સર્વજ્ઞ હોવાથી સર્વ વસ્તુ પોતાના જ્ઞાનથી જેવા સ્વરૂપની જે નેથી સત્ય રૂપે કહે છે. તેમના ઉપરના વિશ્વ સચ્ચી તેમના વચનમાં વિશ્વાસ થાય છે.

જૈન દર્શન અને અન્ય દર્શનમાં કહ્યું છે કે :-

મધે માંસે મધુનિ ચ, નવનીતે ચતુર્થકે ।

ઉત્પદ્યન્તે વિલીયન્તે, સુસૂક્ષ્મા જન્તુરાશયઃ ॥

દારુ-માંસ-મધ અને માખણ-એ આદેયમાં અતિ સૂક્ષ્મ હોયે સમૂહબદ્ધ બીપજે છે અને નાશ પામે છે.

एकस्यापि हि जीवस्य, हिंसने किमघं भवेत् ?

जन्तुजातमयं तत् को नवनीतं निपेवेत ? ॥

એક-પણુ જીવને મારવામાં અત્યંત પાપ છે, તે જન્તુઓના સમુદાયથી ભરપૂર આ માખણનું કોણુ કોણુ મનુષ્ય લક્ષણ કરે ? અર્થાત્ દયાળુ માણસ તો લક્ષણ ન જ કરે.

આ માખણને પેકેટ બનાવીને પોલશન-બટર વગેરે નામથી વેચવામાં આવે છે.

પશ્ચિમના લોકોના વધારે પડતા સંસર્ગથી આપણાં લોકો પણ ‘બ્રેડ અને બટર’ એટલે પાઉં-રોટી અને માખણનો ઉપયોગ કરવા લાગ્યા છે. તે ધાર્મિક દૃષ્ટિએ ઉચિત નથી જ. પાઉં-રોટી બનાવવા માટે આઠામાં જે પ્રકારના આથો લાવીને બનાવવામાં આવે છે તે રીતે અનુકૂળ છે, અને વળી સાત્ત્વિકતાની દૃષ્ટિએ પણ રોટલી, રોટલી, ખાખરા, પૂરી કે શકરપારા કરતાં ઉતરતી કક્ષાના છે. વળી નરમ પાઉં વાસી બનવાથી તેમાં અનેક પ્રકાર જન્તુઓ ઉત્પન્ન થાય છે. અલિતરસ બને છે, તેથી પણ અનુકૂળ છે.

માખણ કરતાં ધીનો ઉપયોગ ઇષ્ટ છે, કારણ કે માખણ ઘેાડા વખતમાં ઉતરી જાય છે અને તે ઉતરેલું માખણ વમન, દરસ, કોહ તથા મેદને ઉત્પન્ન કરે છે. જ્યારે શી હાંબા સમય સુધી ઉતરી જતું નથી અને તે રસાયન, મધુર, નેત્રેને દિતકારી, અગ્નિવીરક, શીતલીંબ-વાગ્ર, જુદિવધક, અપનમદ, ઘરીરને કોમળ રાખનારું, જળકાંતિ અને વીર્યને વધારનારું, મલ-નિઃસારક અને સોજનમાં પ્રીકાશ આપનારું છે. જોડેલે અમલ્ય માખણ ન વાપરતાં પ્રાચીન વિષાજ મુજબ સવારના નાસ્તામાં ખાખરા, શી, હડીં, દૂધ વગેરેનો ઉપયોગ કરવો ઇષ્ટ છે. પણ પાકું-દોઢી અને માખણનો ઉપયોગ કરવો બિલકુલ ઇષ્ટ નથી. પાકુંનો આથો અને વપરાયેલ અરજંતુપાથો મેંદો તથા માખણ અમલ્ય હોઈ અનેક ત્રસ લેવોના નાશ સાથે અપ્રોચ્યની હાની કરે છે, માટે તેનો ત્યાગ કરવો સમુચિત છે.

સ્વાધ્યાય

- (૧) ગ્વારીય અમલ્યનાં નામ લખો.
- (૨) મેનદસનની અસાધારણતા વર્ણવો.
- (૩) અમલ્યની વ્યાખ્યા તથા અમલ્યતાના લેટુઓ ચર્ચો.
- (૪) ચંચુનરનાં નામ લખો, શા માટે તે અમલ્ય કહાય છે ?
- (૫) મધની ઉત્પત્તિ અને અમલ્યતા સમજાવો.
- (૬) મદિરાનાં બીજાં નામો આપી મેરલાઓ સૂચવો.
- (૭) મદિરાનો ત્યાગ શા માટે ? શરીરનો સેત્તાન શી રીતે ?
- (૮) મદિરા-પાનથી અનેકવિધ ગ્રહચોતો મિત્ર મુજબ રચો.
- (૯) મદિરાના કારણે દારિદ્ર્યનો નાશ શી રીતે થયો ?

- (૧૦) માંસ શા માટે અલક્ષ્ય છે ? તેમાં કયા કયા જીવો મરે છે ?
 (૧૧) જોરાક તરીકે અનાજની ઉત્તમતા સિદ્ધ કરતાં લક્ષણો વર્ણવો.
 (૧૨) પીપરમેન્ટ, ચોકલેટમાં અલક્ષ્ય દ્રવ્યો શું છે ?
 (૧૩) માંસાહારથી થતાં વિવિધ નુકસાનો લખો.
 (૧૪) માંસથી થતા ગેરફાયદા વર્ણવો.
 (૧૫) માંસાહારી-શાકાહારી વચ્ચેનો લક્ષણ-ભેદ ચર્ચો.
 (૧૬) માંસનો ઉપયોગ શા માટે નહીં ?
 (૧૭) માંસાહાર અંગે આદર ડોક્ટરના અભિપ્રાય લખો.
 (૧૮) રવીન્દ્રનાથ ટાગોરનો નિર્દયતા સામે વિરોધ વર્ણવો.
 (૧૯) માંસાહારથી થતી વિવિધ શારીરિક હાનિના મુદ્દા લખો.
 (૨૦) માંસ-નિષેધ અંગે વિવિધ ધર્મશાસ્ત્રોનાં પ્રમાણો લખો.
 (૨૧) માખણ અને પાઉં-રોટી શા માટે ન ખવાય ?

૧૦ : હિમ (ખરફ) અલક્ષ્ય

ખરફ, હિમ અને કરા એ ત્રણેય ગીજ્ઞેમાં સરખો હોય છે. અખ્યાયનું એક જિંદુ અમંજ્ય જીવમય હોય છે. તે એક જીવનું શરીર સરસવ જેવડું ઠંડીએ, તે પાણીના એક જિંદુના જીવો લાખ જોતનના જંબૂદ્રીપમાં ન સમાય, જોતવ. સૂક્ષ્મ શરીરવાળા હોય છે. મુમુક્ષુ આત્મા પાણીનો ઉપયોગ પણ જરૂર જેવડો જ કરે અને તે પણ બને ત્યાં સુધી અચિન્તનો. તે પછી જેના જીવન જીવવામાં ઉપયોગ કરે. આવશ્યક નથી, તેના હિમ (ખરફ)નું મક્ષણ કેમ કરે ? હિમ એ પાણીનું કરેનું ઘન સ્વરૂપ છે. કેપ્ટન સ્ટેર્ગીએ સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રની મદદથી એક પાણીના પ્રવાહી

જલદી દૂર થતી નથી, એટલે પરવશ થવું પડે છે. સ્વભાવમાં ફેરફાર થાય છે.

● ડી. ડી. ટી. કે જેમેક્ષીન પાવડર, ઝેરી રસાયણ-વાળાં પ્રવાહી દ્રવ્યો ફ્લીટ દ્રવેન્ડી, ડાલ્ફ વગેરે સ્વ-પર ઉભયને ગાંભીર નુકસાન કરનારાં છે. દયાના પરિણામનો ઘાત કરનારાં છે, માટે વિવેકી આત્માએ પોતાના આત્માની જેમ ખીજા છવોની એટલી જ રક્ષાનો ભાવ સાચવવા તેનો ત્યાગ કરવો જરૂરી છે.

ડી. ડી. ટી.ના છાંટકાવનો કુવારો અનાજની ગુણીઓ ઉપર પડતાં તેની ઝેરી અસરથી મરઘા-ઉછેર કેન્દ્રમાં ૨૫૦ ઉપરાંત મરઘાઓ મૃત્યુ પામ્યા હતા. તેની તપાસમાં ડી. ડી. ટી. છાંટતાં અનાજમાં ભળી જવાથી આવું ભયંકર પરિણામ આવ્યું હતું એમ જાહેર થયેલ.

આજે ખેતરમાં જંતુનાશક ઝેરી દ્રવ્યો છાંટનારા ઘણા જેમાન અને મૃત્યુ પામ્યાના દાખલા બન્યા છે. ઝેરી દ્રવ્યોથી ઉંદરો-કૂતરા વગેરેને મારવા જતાં તેવા ખાદ્ય પદાર્થો જેટ્ટોનાં દારૂ વગેરે મરણતાં ભોગ બન્યાં છે. માટે વિવેચાળાં રાસાયણિક દ્રવ્યોથી કોઈની સિંચા ન થાય તેનો પૂરેપૂરો ઉપયોગ રાખવો જરૂરી છે. દયાનો નાશ કરવાથી પ્રજા કે દેશ કોઈ સુખી બનતા નથી.

૨૪. ખતરનાક વ્યસનથી ચેતો

નંદુરની બગડ્યા અંગે વિદ્યા-દેના વિચારો :-

વિદ્યાને નામનો અમેદિક્ષન વિદ્વાન વિદ્યાર્થીઓની

અદિક્ષિતિ વિદ્યિત બગડવાના સંબંધમાં જણાવે છે કે :-

“કોલેજેના વિદ્યાર્થીઓની તંદુરસ્તી બગડવાનું મુખ્ય કારણ અતિઅભ્યાસ નથી, પણ તેના ખરા કારણો બીજા છે.” સિગારેટ અથવા બીડી પીવી, જલક પીણા પીવાં એટલે દારૂ, નીરો, કોફી, ચા વગેરે બહુ પીને પેટ બાળી નાખવું, અયોગ્ય ખોરાક લેવો, નાટકો અને તેવા બીજા તમાશા જોવા માટે વારંવાર ઉજાગરા કરવા, અકળે અને હદ ઉપરાંત બહાગવું ખાવું, વગેરે તંદુરસ્તી લથડવાનાં મુખ્ય કારણો છે, ચા, કોફી, કોકો, બીડી, શુગર, ચક્રમ, ભાંગ, ગાંજો, અફીણ, હોકો, વગેરેમાં જેરી અંશે હોઈ આરોગ્યની ઘણી જ હાની કરે છે.

આવા એક બધંકર જૂનને પરાણે બાંતી પડવું અને તેમાં અંતર્ધને આખો બંધ કરી ઘસડવા કરવું એ આપણા દેશને અને આપણા કુળને લાછળ લગાડનારું હત્ય છે.

તમામ એક જેરી વસ્તુ છે, કારણ કે તેમાં નંકો-શિયા દાર્શનિક એસિક અને મેગ્નેશિયા નામની વસ્તુ છે. જેથી છાતીની નબળાઈ, માયાનો દુઃખાવો, આખની કયાશ વગેરે વ્યાધિઓ આવી આલિંગન કરે છે. આપણામાં ઘણા બંધુઓ જલ્પતા હશે કે બીડી યા તમાકુ એ દુર્ગંધદાયક અને રક્તશીષક વસ્તુ છે કે જેના વ્યસનથી અનેક વૈધ, ડોક્ટરોનો આશ્રય લેવો પડે છે. બીડીના ખર્ચ તરફ નજર ન કરતાં માત્ર દવાઓ તરફ

ખ્યાલ કરીએ તો કેટલા બધા પૈસાની નુકસાનીમાં ઉતરવું પડે છે અને પોતાને કેટલી ખીડા સહન કરવી પડે છે.

તમાકુ-ખીડીના બળાયા માટે કેટલાક વિદેશી વિદ્વાનો સુદ્ધાં વિરૂદ્ધ મત આપે છે. તેનાં અવતરણો શુઓ :-

(૧) દેશ-સ્થિતિ વિષેની સરકારી હકીકત સંગ્રહ ઉપરથી જણાય છે કે દરરોજના ખોરાકને માટે જેટલો પૈસો વપરાય છે, તેના કરતાં વધારે તમાકુને માટે જોઈએ છે.

(૨) તમાકુ મનુષ્યને જિંદગીની કેાઈપણ સ્થિતિમાં હિતાવહ નથી.

(૩) જેઓનું શારીરિક પરિપક્વપણું હજી ખીદ્યું નથી તેઓને, નાનાં યુવા બાળકોને તમાકુ અતિશય નુકસાનકર્તા છે, એમ ડોક્ટરો એકી અવાજે કબૂલ કરે છે.

(૪) તમાકુથી આંખ ઉપર અસર થાય છે.

(૫) તમાકુના વ્યસનથી માણસની શ્રવણેન્દ્રિય બહાર મારી જાય છે અને હૃદયના ધબકારામાં, તથા હૃદયને ઘળી માડી અસર કરે છે.

(૬) તમાકુ પીવાના અગર ચાવવાના વ્યસનવાળાં માણસ સદાજમાં ગંભીર જાય છે અને નજીવી બાળકમાં એકાંઈ જાય છે.

(૭) સર્જન ડોક્ટરો પોતાના અનુભવ ઉપરથી જણાવે છે કે જેઓને તમાકુનું વ્યસન હિય છે, તેઓમાં વાસ્તવ (અસ્વસ્થ) કરતાં વધારે મનસિક રિંમતની બહુ વ્યવસ્થા કરવામાં આવે છે અને તેઓ બેદર બીકપુ હિય છે.

(૮) તમાકુથી દાંત બગડી જાય છે. શ્વાસ દુર્ગંધ આવે છે, બારી થાય છે, ચક્રી આવે છે, યાદશક્તિ મંદ થઈ જાય છે, ક્ષેત્રમાં દરદ થાય છે અને ચહેરો ફીકકો પડી જાય છે.

(૯) સિગારેટ પીવાના વ્યસનથી, ફેફસામાં ધુમાટો ભઈ જવાથી અને ત્યાર પછી નસકોરાં વાટે બહાર કાઢવાથી ઘણું જ નુકસાન થાય છે.

બીડી-સિગારેટ પીવાથી શરીરમાં ગરમી વધી જાય છે અને તેની પીડાથી શરીર સુકાય છે, નસો તળાય છે અને જ્ઞાનવંતુઓ નબળા પડી જાય છે, જેથી બીડી પીનારની અકલ તથા વિચારશક્તિ મંદ થઈ જાય છે. સ્વભાવ ચીડિયો થઈ જાય છે. મુખનો દેખાવ ફીકકો અને કરમાયેલો પીગો પડી જાય છે. બીડી પીનારના હોઢીમાં ઓર્ગન નામનું એક પ્રકરનું ચેર પેદાશ થાય છે. તેથી શરીરનો બાંધો નબળો થઈ જાય છે ઉધરસ અને કાય રોગને તે વધારે છે. આંતરડામાં બળતરા કરે છે. આંખના તેજમાં ભારે ઘટાડો કરે છે.

આપણી આ ભૂમિ સ્વાભાવિક ગરમ છે તેમજ તેનાં હવા-પાણી ગરમ હોવાથી અને બીડીમાં પણ સ્વાભાવિક ગરમી હોવાથી આપણા હોઢાને તે કરી પચ્ચ થાય નહિ. તે આમુખનો ઘટાડો કરે છે અને ગરમીને લીધે પીપને બળી મૂકે છે તેથી સંતાનહીન કરે છે.

બીડી પીતાં ઘેન થાય છે અને તેથી આજસ અને હિંધ વધારે આવે છે. પૈસાની અને લુગડાની દ્વાની તે

ખીડી પીનારને પ્રત્યક્ષ માલૂમ પડે છે, એટલું જ નહિ પણ તેનાં ગાદલાં-ગોદડાં પણ બળેલાં માલૂમ પડે છે.

કચ્છ બાંડીઆમાં એક અઢાર વરસનો યુવક રાત્રીએ સુતાં સુતાં ખીડી સળગાવી તાનમાં ને તાનમાં સળગતી દીવાસળી તેની સ્ત્રીની નાયલોનની સાડીને અડતાં સળગી. શરીર સખત દાઝવાથી બે-ત્રણ દિવસમાં તે મરણ પામી અને તે અગ્નિને ઠારવા જતાં પોતાને પણ બે માસની બળતરા લોગવવી પડી....

સજ્જનો ! ખીડી કરતાં પણ તમાકુ, ચરસ, ગાંજો, અફીણ, એલ. એસ. ડી. વગેરે નશાવાળાં દ્રવ્યો ઘણું તુકસાન કરે છે તેથી તેનું વધારે સ્પષ્ટીકરણ કરવાની જરૂર છે. અફીણના જેવી તમાકુ પણ ઝેરી ચીજ છે, કે જેનો ઉપયોગ કરતાં તેનું ઝેર માણસની રગેરગમાં પેસી જાય છે. માણસમાં ગમે તેવી તાકાત હોય પણ જ્યારથી તમાકુની તલપ પર તરાપ મારતાં શીખે છે, ત્યારથી તેનામાં હુર્બલતાની છાયા પ્રવેશ કરતી જાય છે. આ વ્યસન બહુધા દેખાદેખીથી માણસમાં ફાપલ થાય છે. યા તો આગસ વધી જતાં ‘નવરા બેઠા નખોદ વાગે’ એ કહેવત પ્રમાણે પણ ધૂસી જાય છે. તેનો રંગ જામ્બા પડી માણસને જૂતની જેમ બાત્રી પડે છે. ઝેરને પોતાના હૃદયમાં લઈ રાખી અર્થ તેનો રંગ ઉઘાવવો એના જેવી બીજી કઈ સૂખોઈ છે ?

ત્યારે વ્યસનીને કયો અનુભવ થાય છે ત્યારે તે :
એમના રમ રમી જાય છે. બીટી-સિગારેટ-તમાકુ-ચરસ

વગેરેએ બાવલા જનાળ્યા ત્યાં સુધી પણ એમની આંખની પાપણે છેન્ની ન થઈ. 'હાથનાં કરેલાં ટેવે ચાચાં'

તમાકુ-ગાંઝ-અદીત્ત-એસ. એસ. ડી વગેરે નશાવાળી દીકરી, પ્રવાહી વગેરેથી થતી ખરાળી માટે દાકતર રીચર્ડસ તથા અનુભવી વેદો જબાવે છે કે:-

(૧) હોહીમાં થતી અસર :- તમાકુ વગેરે હોહીને વધારે પાતળું બનાવે છે અને હોહીની અંદરના રાતા રજકણોમાં વિકાર પેદા કરીને તેનો રંગ બદલાવી નાખે છે, જેથી શરીર પીળું-ફિટકુ અને નળળું બને છે,

(૨) દોઝરીમાં થતી અસર :- તમાકુ દોઝરીને નળળી પાડી દે છે, ઉબકા પેદા કરે છે અને વધારે પ્રમાણથી દબી પેદા કરે છે.

(૩) હૃદયમાં થતી અસર :- હૃદયને નળળું બનાવે છે અને તેની ગતિને અનિયમિત કરી મૂકે છે.

(૪) ક્ષાનેન્દ્રિયોમાં થતી અસર :- તમાકુ આંખોની દીકીઓને પહોળી કરે છે, આંખે દેખવામાં અગત્ય-લગત થાય છે, જેમકે પ્રકાશવાળી લીટીઓ, પ્રકાશ મારના દાધા અને દિગ્દિગ્ધ ઉપર આકૃતિઓ લાંબા વખત સુધી રેખાતી રહેવી વગેરે. વળી એના જ સંબંધે કાનથી અવાજ બરાબર સ્પષ્ટ નહિ સમજાવે અને તીક્ષ્ણ મોટા અવાજને સહન કરી શકાતો નથી.

(૫) મગજમાં થતી અસર :- મગજનો નકામો કચરો નીકળવાનો હોય તેનો તમાકુ અટકાવ કરે છે અને મગજમાં કંટાળો વધારે છે.

(૬) સ્નાયુઓમાં થતી અસર :- સ્નાયુની શક્તિ ઘટાડે છે. થતા રસગ્રંથીઓની રસક્રિયા ઓછી કરે છે તેથી લોજનનો અપચો થાય છે.

(૭) અંદરના રસપડામાં થતી અસર :- તમાકુથી મ્હોંની પડછબીઓ અથવા છલના કાકડા મોટા થાય છે તથા સૂઝી આવે છે, ગળું સૂઝી આવે છે, મ્હોંમાં રતારા, સુકાપાણું અને રસપડમાં ચીરા પડવા, તેમજ દાંતના પાર. તો આ કુદરતી રીતે સખ્ત બની સંકોચાઈ જવા અથવા વાદળી જેવા ઢીલા પડી જાય છે.

(૮) શ્વાસ નળીમાં થતી અસર :- તમાકુ શ્વાસ-નળીમાં ગરમી પેદા કરે છે અને તે ગરમી વધતાં ઠંડને વધારી મૂકે છે.

(૯) તમાકુમાં રહેલાં જુદાં જુદાં ઝેરો અને તેની અસરો :-

(૧) નિકોટીન વિષ :- જેનાથી કેન્સર થાય છે.

(૩) કોર્મન માનોક્રસાઈટ વિષ :- જેથી હૃદય-રોગ, શ્વાસ-દમ તથા આંખનું તેજ ઘટે છે. (૩) માર્શ-ગેસ

વિષ :- જેથી વીર્યશક્તિ હુણાય છે ને નપુંસકતા પ્રગટે છે. (૪) અમાનિયા વિષ :- જેથી પાચનશક્તિ અને

હૃદય બગડે છે. (૫) કોલીડીન વિષ :- જેથી અક્ષર આવે છે. અને નસો નળણી પડે છે. (૬) પાયરીડિન વિષ :

જેથી આંતરગ્રાન્થાં આંદાં અને કળગિયાત થાય છે. (૭) કાર્બોનિક એસિડ વિષ :- જેથી અનિદ્રા, સ્મરણશક્તિનો

હુસ અને સ્વસ્ત્ય નીચે આવે છે. (૮) પરદેરોલ વિષ :

જેથી દાંત પીડાતી મરિતિ અને નળણ પડે છે. (૯) એન્ઝાઇમ વિષ કે મેગ્નેશિયમ વિષ :- જેથી લોચી બગડે

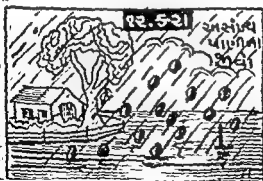
છે. (૧૦) કુરકુરત વિષ કે મસિક વિષ :- જેનાથી માક, જડતા, અને ગમગીની થાય છે. તથા બીજા વિષોથી ખાંસી, ટી. બી., આંતરડાનો સોજો, લકવા, લોહીનું પાણી થાય છે.

ડા. રૂથે'સ (અમેરિકા)

(૧૦) એક સિગરેટ પીવાથી ૧૮ મિનિટ આયુષ્ય ઘટે છે.

(૧) તમાકુ કેન્સર જેવા ભયાનક દર્દનું બીજ છે. આજે તમાકુ, સિગરેટ પીનારા, ચરસ, ગાંજો, એલ. એસ. ડી., ભાંગ વગેરે નશાવાળી ચીજના સેવનથી હબરો કેન્સરના હડીંઓ પિડાય છે. જિંદગી દુંધી કરીને મરણપથારી તરફ ધસી જનારાં તમામ નશાવાળાં દ્રવ્યો બાળપણથી જ પ્રતિજ્ઞાપૂર્વક ત્યાગ કરવામાં આરોગ્યનું મુખ રહેલું છે.

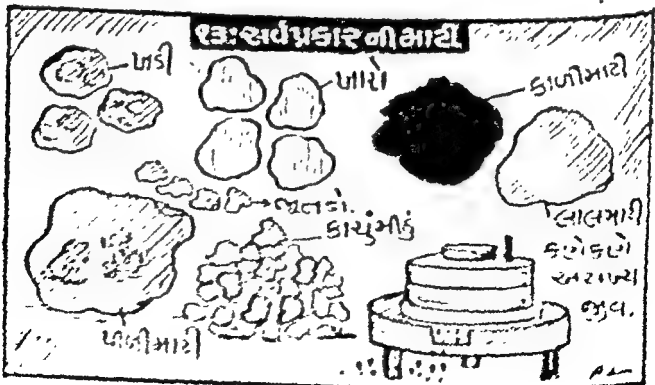
૧૨ :- કરો અભદ્ય



કરા એ બરફના જેવો પાણીના કુમળા ગર્ભનો પીંડ છે. ક્યારેક ક્યારેક વરસાદમાં કરા પડે છે. તે બરફના ટુકડા જેવો હોય છે. આ પાણીનો કાચો ગર્ભ છે, જેમાં અસંખ્ય પાણીના જીવો હોય છે. જીવનનિર્વાહમાં બિનજરૂરી છે તથા બરફની જેમ આરોગ્યને હાની કરે છે. માટે જ્ઞાની પુરુષોએ અલક્ષ્ય કહેલ છે. તેનો ત્યાગ સહેલો છે. પાણીનો ઉપયોગ પણ હિંસાથી બચવા જેમ બને તેમ વિવેક રાખી કરવાનો છે, જ્યારે બિનજરૂરી તો કરવાનો નથી.

હિંસાથી બચવું, જયણા કરવી, પાપભીરું બનવું એ ધર્મની યોગ્યતા પ્રગટ કરે છે, જેથી આત્માનો વિકાસ સરલ બને છે.

૧૩ : સર્વ પ્રકારની માટી અલક્ષ્ય



‘સવ’ પ્રકારની માટી, ખડી, જૂતડો (સરાકડો), ખારો, વગેરે અભક્ષ્ય છે. કારણ કે તેમાં કણે કણે પૃથ્વીકાયના અસંખ્ય જીવ છે. માટીના ભક્ષણમાં હોયો — પ્રત્યેક વનસ્પતિકાયમાં જેમ એક શરીર (પાંદડા, ફૂલ, ફળ, ઘીંચમાં) એકેક જીવ છે, જ્યારે એક લીલા આંબળા પ્રમાણ પૃથ્વીકાયમાં અસંખ્ય અગણિત જીવ છે. તે દરેક કપૂતરના જેવડું શરીર હરે તો તેટલા જીવો આ લાખ જોજન ગોળાકૃતિ-વાળા જંખૂડીપમાં સમાય નહિ. જોવી વિશેષ સંખ્યામાં છતાં નાના શરીરવાળા હોય છે. તેના વિનાશ કરીને અદ્ય તૃપ્તિ લેવી, તેના કરતાં તેવી ચીજો તણ, તેવા અસંખ્ય જીવોને અભયદાન દેવું યોગ્ય છે.

● માટી ખાવી જીવન માટે જરૂરી નથી.

● ગંભીર જીને જૂતડો ખાવાનું સૂઝે તે ગર્ભને બચાધિ, અને વૃક્ષસાનકારી થાય છે.

● માટીથી પથરીનો રોગ થાય છે, માટીમાં રહેલા સૂક્ષ્મ જીવો જંતુથી સેપ્ટીક થાય છે.

● માટીથી પાંડુરોગ, આમવાત, પિત્તની બીમારી, વગેરે શરીર પીડા પડે છે.

● ચાક, ચૂનો, ગેરુ અચિત્ત હોવાથી તેનો ઉપયોગ કરી શકાય છે. કેટલીક માટી ટેકાં વગેરે સંમૂર્ધિત જીવોની યોનિરૂપ હોય છે, તેથી પણ અભક્ષ્ય છે. કારણ કે પેટમાં અર્ધા પછી ટેકાના જીવો પેટમાં ઉત્પન્ન થતાં અરણ્ય વગેરે મહા અનર્થ થાય છે.



સાત્રીભોજન ત્યાગ માટે પ્રયત્ન કરવો :

(૧) સૂર્યાસ્ત પછી અનેક સૂક્ષ્મજીવોની ઉત્પત્તિ થાય છે, જે જે વીજળીના પ્રકાશમાં પણ દેખી શકાતી નથી. તેવા જીવો ભોજનમાં આવી જવાથી નાશ થાય છે.

(૨) સાત્રીના સંપાતિત એટલે ઉડતા મચ્છરાદિ જીવો ભોજનમાં આવી જતાં હિંસા થાય છે.

(૩) સાત્રે જમવાથી આરોગ્ય ખગડે છે, અજીર્ણ થાય છે. કામ-વાસના વધુ જાય છે. પ્રમાદ-આળસ વધે છે. સવારે જાગવાનું મન થતું નથી, રોગ થાય છે.

(૪) ઝેરી જંતુની લાળ આની જાય નો મૃત્યુ નીપજે છે.

(૫) રાત્રિભોજનને લીધે આયુષ્યને. જાંઘ પડે તો નિર્ધન ગતિ કે નરકગતિને જાંઘ થાય છે.

આમ અનેક રીતે જોતાં રાત્રિ-ભોજનમાં અનેક

● ઉત્સર્ગ માર્ગ તે એ છે કે સવારે અને સાંજે રાત્રિની નજીકની એટલે સૂર્યોદય પછીની અને સૂર્યાસ્ત પહેલાંની બપોળે ઘડીઓ પણ ભોજનમાં તબવી ભેઈએ.

રાત્રિભોજન છોડવાનાં કારણો :-

(૧) રાત્રિભોજન આ ભવને વિષે આરોગ્યની હાનિ કરે છે, પરભવને વિષે દુર્ગતિ આપે છે.

(૨) રાત્રિભોજનને સામાન્ય પાપ નહીં પણ મોટું પાપ કહેવામાં આવ્યું છે.

(૩) રાત્રિભોજનમાં રોગવાળાં જંતુ ભોજનમાં આવી જતાં કેન્સર વગેરે રોગો થાય છે.

(૪) રાત્રિભોજનને લઈને ધાર્મિક-ક્રિયા જેવી કે પ્રતિક્રમણાદિ, શુભધ્યાનાદિ થઈ શકતાં નથી.

(૫) રાત્રિભોજનથી કેટલીક વાર ઝાડા-ઉલટી અને ગંભીર સ્થિતિમાં અનેક લગ્નાદિ પિકનિક પાર્ટીઓ મુકાર્થ ગઈ તેના સમાચાર દૈનિકપત્રોથી જાણવા મળે છે.

(૬) સૂર્યની રાજરીમાં વાતાવરણ સ્વચ્છ રહે છે, જ્યારે અસ્ત થતાં અંધકાર ફેલાય છે. ત્યારે પાનાને આદાર લેવા માટે શુભજંતુની સૃષ્ટિ આકાશમાં છોટે છે. તેની શિંશા રાત્રિભોજનથી થાય છે.

(૭) આયુર્વેદશાસ્ત્ર કહે છે કે સૂર્ય અસ્ત થયા પછી હૃદયક્રમણ અને નાભિક્રમણ સંકેતોથી જાય છે, એમાં ભોજન કરવાથી આરોગ્યની હાનિ થાય છે, સ્વભાવ કંટોર બને છે, તથા સૂક્ષ્મજંતુના વસણથી શિંશા થાય છે, મોટે રાત્રિએ ભોજનને ત્યાગ કરવો સમુચિત છે.

આ સૂર્યનો પ્રકાશ આપણા આરોગ્યને પણ નવ-
જીવન બક્ષે છે. તંદુરસ્ત સ્વાસ્થ્ય બક્ષે છે. આયુર્વેદમાં
નાલીને કમળ સાથે સરખાવેલ છે. જઠર સૂર્યના પ્રકાશથી
વિકસે છે. સૂર્યાસ્ત બાદ જઠરની તાકાત દિવસના પ્રમાણમાં
મંદ પડી જાય છે. અને મંદ જઠરમાં જે આવે તે ઝોરે
રાખો તો પેટની તકલીફ કે કબજિયાતની બૂમ ન પડે
તો બીજું શું પડે ?

અયોગ્ય આહાર અનેક વિકારોનું મૂળ છે. તેથી
સાત્ત્વિક અને પૌષ્ટિક આહાર લેવો જોઈએ જરૂરી છે તેટલો
જ આહાર સમયસર લેવો જરૂરી છે. કલાકે કલાકે
કેસરિયાં દૂધ પીવાથી કોઈ દારાસિંગ ન બની જાય. એ
માટે તો આહારના નિયમ પાળવા જ રહ્યા. એમાં એક
નિયમ છે રાત્રિએ ભોજનનો ત્યાગ કરવો.

રાત આરામ માટે છે. બીજા દિવસ માટે નવી
સ્કુતિથી જીવવા માટે, વિરામ કરવા માટે છે. દિવસે
જેટલી સ્કુતિથી માનવી કામ કરે છે તેટલી જ સ્કુતિથી
માનવી રાતે કામ નથી કરી શકતો. અપવાદ હશે, પણ
અપવાદ સર્વસામાન્ય નિયમ ન બની શકે.

રાતે ખાવાથી પેટ ભારે લાગે છે. ઓછું ખાધું
હોય તો પણ, અરે ! એક ગ્લાસ ભરીને દૂધ પીધું હોય
તો પણ. આ ભારે પેટના કારણે બેચેની થાય છે. બેચેની
દૂર કરવા માનવી વ્યર્થ રખડવા નીકળે છે અને દુઃખ
દેશ્ય વિનાનું શહેરમાં રખડવાનું પરિવાસ શું આવે ?

જાણતાં કે અજાણમાં ચહેરની વિશાસી ઝાકઝમાળન પ્રતિબિંબ આંતર-મન પર પડે. સિનેમાનાં અને સૌન્દર્ય પ્રસાધનોનાં સેક્સી પોશ્ટરો આંખમાં છલકાય અને નબળું મન તેનાં વમળમાં ફસાય.

કદાચ રજકલા ન આવે તો નવલકલા વાંચે. સિને-મેજેઝિનો વાંચે, પત્તાં ટીચે, આમ સમયની જરબાદી થાય. વિચારતું કુમમન પણ થાય. જ્ઞાનો અર્થ જોવો એકાંતિક નથી કે રાત્રિભોજન નહિ કરનારા સમયની આવી જરબાદી નથી કરતાં, પરંતુ રાત્રિભોજનથી આ બધી વૃત્તિઓને વધુ નિમિત્ત મળે છે તે પર જ વધુ ધ્યાન આપવાનું છે.

આ તો થઈ પાચનતંત્રની વાત. તેની આનુષંગિક અસરોની વાત. બીજી હકીકત પણ આ સાથે છે. રાત જોઈએ અંધારી, ચહેરના માર્ગો પર નીચ્છાન લાઈટો સળગે કે આમકાની શેરીઓમાં જેસની લાઈટો બળે તો પણ રાત તો અંધારી જ. જેમાં અનેક જંતુઓ પોતાના જોરાક માટે ફરે છે. શુક્રમહારાજ દશવૈકલિક આગમનું વચન ફરમાવે છે કે :-

‘સન્તિ મે મુદુમા પાણા, તસા અદુવ પાવરા;
ભઈ રામેા અપાસતો, કહમેસણિય’ ચરે. (અ.૬/૨૪)

‘સંસારમાં ઘણાં ત્રસ અને સ્થાવર પ્રાણી અત્યંત સુક્રમ હોય છે, રાતના અંધારામાં તે જોઈ શકાતાં નથી, તો પછી રાત્રિભોજન તો થઈ જ કેવી રીતે ચકે ?’

વિજ્ઞાનીઓએ પણ નરી આંખે ન જોઈ શકાય એવાં સુક્રમ જંતુઓ અંધારામાં ફરતાં હોવાનું સમયેન કહ્યું

છે. લાઈટના અજવાળામાં જંતુઓ દેખાય છે. પણ આપણે અનુભવ કહે છે કે ટ્યુબલાઈટ પર ન ઝીંકણી શકાય તેવાં ઘણાં જીવડાંઓનાં જૂંડ ઘણી વાર જામે છે; ત્યારે લાઈટ બંધ કરવી પડે છે.

આના કારણે રાત્રિભોજનમાં સૂક્ષ્મ કે સ્થૂલ જીવ જંતુઓ પડવાની પૂરેપૂરી સંભાવના છે. આથી જાણતાં-અજાણતાં પણ જીવલિંસા થાય છે અને એવો કેઈ જીવ ખાવામાં આવી ગયો તો એ જીવ ક્યારેક ખાનારનો પણ જીવ લે છે.

આમ રાત્રિભોજનથી પોતાને તો નુકસાન થાય જ. સાથેસાથ જીવલિંસાનું નિમિત્ત પણ બનાય, આથી જ ભગવાન મહાવીર પરમાત્માનું ફરમાવેલું વચન શુંક મહારાજ કહે છે કે :-

“સર્થભાયણુ-વિરઝો, જીવો ભવઈ આણાસવો.”

રાત્રિભોજનના ત્યાગથી જીવ રાત્રિભોજનના પાપ-રહિત અનાશ્રવ થાય છે. પ્રાતઃસ્મરણીય પૂર્વાચાર્યોએ તો રાત્રિભોજનને નરકના આર રસ્તાઓમાંનું પ્રથમ દ્વાર તરીકે ઓળખાવ્યું છે.

હવે પચાંદગી આપણે જ કરવાની છે : રાત્રિ-ભોજન કરીને પેટ ખરાબ કરવું છે ? રાત્રિભોજન કરીને દુર્ગતિમાં જવું છે ? કે પછી તેનો ત્યાગ કરીને અનાશ્રવ થવું છે ? અનાશ્રવ થવું છે ? વીતરાગ મારવાનું છે ? બની કદ્યવ્ય માધ્યમું છે ?

(૨) માંખી આવી જાય તો ઊલટી થાય. (૩) કીડી આવી જાય તો બુદ્ધિની મંદતા થાય. (૪) કરોળિયો આવી જાય તો ઠોઢ થાય. (૫) કાંટા, લાકડાની ફાંસ કે સંભાર ભરેલા શાકમાં વીંછી આવી જતાં તાળવું વિંધાઈ જાય. (૬) ગરોળીના અવયવ કે લાળ આવી જતાં ગંભીર સ્થિતિ બને. (૭) મચ્છર આવી જતાં તાવ લાગુ પડે. (૮) સર્પનું વિષ આવી જતાં મૃત્યુ નીપજે. (૯) રોગીનું જંતુ આવી જતાં કેન્સર વગેરે રોગ કરે. (૧૦) ઝેરી પદાર્થ આવી જતાં ઝાડા-ઊલટી લાગુ પડે (૧૧) વાળ આવી જતાં સ્વરભંગ થાય. (૧૨) પરલોકમાં આયુષ્ય ખાંધીને ધુવડ-ઠાગડો-ચમચીડ-ખિલાડી વગેરે હિંસક પશુમાં કે નરકગતિમાં જાય.

સાંજનું ભોજન ક્યારે કરવું :-

પ્રાકૃતિક ચિકિત્સાલયના અગ્રણી મિ. લુઈ કુનેએ પે.તાના પુસ્તક ‘આકૃતિથી રોગની ઓળખ’માં જણાવ્યું છે કે :-

એમ કહેવામાં આવે છે કે જ્યારે જ્યારે ભૂખ લાગે ત્યારે ભોજન કરવું. પરંતુ આ એક જાતની પરાધીનતા અને દુરેવ છે. કવેળાએ ભોજન લેવાથી ભૂખનું શમન થાય, પરંતુ આરોગ્યને હાનિ પહોંચે છે. માટે આપણે જાતે ભૂખની ટેવ, સમય બદલવો અને આરોગ્યને સુરક્ષિત રાખવું તે આપણું હાથની વાત છે. કવેળાએ લાગેલી ભૂખ તે વાસ્તવિક સાચી ભૂખ નથી હોતી. સાચી ભૂખ સૂર્યના પ્રકાશ પછી નાભિકમળ વિકસેલું હોય ત્યારે હોય છે.

પશુ-પક્ષીઓને જોવાથી માલુમ પડે છે કે સવારના પૂરેપૂરી જૂખ લાગે છે, અને તે વખતે પૂરો યોરાક લે છે. આનું જોકે ૧૯ કારણ એ છે કે જે સૂર્ય સાથે વધુ સંબંધ રાખે છે.

● દિવસના જે દિરસા છે, જોકે પ્રેરક અને બીજે સ્તબધક, [Animating and Inanimating] પૂર્વાદ્ધ અને ઉત્તરાધના સૂર્ય સાથે ચડતો-ઉતરતો ક્રમ રહે છે. સારી સૃષ્ટિને કિંચાડીલ જનવા માટે ચડતો ક્રમ ઉત્સાહીત કરે છે. પ્રત્યેક વૃક્ષ અને છોડવાઓ ઉપર પ્રાતઃકાલીન સૂર્યનો પ્રભાવ પડે છે. જે વૃક્ષ પર તડકો નથી પડતો તેમાં ફળ આવતાં નથી અથવા બહુ જ અદ્ય આવે છે. પરંતુ જ્યાં તડકો જરાબર પડે છે ત્યાં ફળ વિશેષ જોવા મળે છે. તે જ રીતે અનુખ્ય માટે સૂર્યનો પ્રભાવ જોઈ નથી. પ્રાતઃકાળે સુશ્લી હવામાં ફરવાથી મન અને તન પ્રકૃતિલત અને અને સૂર્યના કિરણો પડવાથી વિશેષ તાજગી અનુભવવા મળે છે.

ખપીરના સૂર્ય આચમવા તરફ હજતો જાય છે, તે બીજે દિરસો ગણાય છે. આમાં સ્ફૂર્તિ અને શક્તિ જોઈ લાગે છે, સૂર્ય અસ્ત થતા સૌને વિશ્રામ અને શ્રેય લેવાની જરૂર પડે છે, જ્યારે પ્રાતઃકાળ થતાં શરીરમાં વિશેષ સ્ફૂર્તિનો અનુભવ તથા શરીરનાં બધાં અંગો તેજથી વેગથી યાય છે.

શરીરની પાચનશક્તિ પણ સવારે બળવાન હોય છે. ત્યારે ત્રીજા પ્રહરમાં શક્તિ ઓછી થાય છે અને સૂર્યાસ્ત થતાં વિશેષ ઘટી જાય છે. આથી એ સિદ્ધ થાય છે કે આપણે ખોરાક સવારના પહેલા ભાગમાં લેવો જોઈએ. પાછલા ભાગમાં ખોરાક માટે થોડો હિસ્સો ખાંધી રાખવો અને સૂર્યાસ્ત પછી કાંઈ પણ ભોજન લેવું જોઈએ નહિ. વેદવેત્તા કહે છે કે સૂર્ય તેજોમય છે. એમાં ઋક્, યજુઃ અને સામવેદ એમ ત્રણેનો સમાવેશ થાય છે. આથી સૂર્યનાં કિરણોની હાજરીમાં પવિત્ર થઈને ખંધાં કામ કરવાં જોઈએ. સૂર્યના અભાવમાં શુભ-કાર્ય ન કરવાં જોઈએ. તેમાં વિશેષ કરીને ભોજન તો ન જ કરવું. સૂર્યાસ્ત થવા ઉપર હૃદયકમળ અને નાભિકમળ સંકુચિત બને છે તથા સૂક્ષ્મ જીવો ભોજનમાં ભળે છે; આથી ખાનારને નુકસાન પહોંચે છે. જેથી અપચો, અજીર્ણ તથા ખીજ રોગો ફૂટી નીકળતાં વાર લાગતી નથી, માટે ભોજનની ટેવ રાતની કદી પાડવા જેવી નથી. પડી હોય તો સુધારી લેવાની ભલામણ અનુભવી વૈદ્ય, ડોક્ટરો કહે છે. રાત્રે ભોજન કરવાથી પેટ ભરાય છે. ભરાયેલા પેટથી શરીરને વાસ્તવિક આરામ મળતો નથી. જેથી સવારમાં સ્ફુર્તિને બદલે આળસ, ગુસ્સો રહે છે.

● “દીડીંગ આય વોટર” પુસ્તકના લેખક મિ. ડી. હાર્ડી, પેનસી A. R. C. A. જણાવે છે કે માનવ શરીર ઉપર સૂર્યનાં કિરણોનો અજબ-ગજબ પ્રભાવ પડે છે. માટે આ શરીરના ભોજનમાં સૂર્યાસ્ત પડેલાં ભોજન લઈ

મહોત્સવરૂપ થશે અને પરલોકમાં પણ સદ્ગતિનો ભાગી બનીશ !

કેશવનાં વચનો સાંભળતાં જ યક્ષ ખીલ્યો. અને પોતાના સેવકોને-લકતોને તેણે જણાવ્યું કે ‘જાવ, આ કંઈ એમ નહીં માને. એના ગુરુને પકડીને અહીંયા લાવો. આની નજર સમક્ષ જ હું એના ગુરુના ટુકડે ટુકડા કરી નાંખીશ. કારણ કે કેશવને આ માર્ગે એણે દોર્યો છે. માટે એની ખબર લઈ નાંખું. યક્ષની આજ્ઞા થતાં જ સેવકો દોડી ગયા અને શ્રી ધર્મઘોષ નામના મુનિવરને કેશપાસ પકડીને યક્ષની સામે હાજર કર્યા. તે વખતે યક્ષે તોછડાઈથી મુનિશ્રીને કહ્યું, અરે, મુનિ ! આ તારા શિષ્ય કેશવને સમજાવ અને હમણાં જમાડ, નહિતર હમણાં ને હમણાં તારા કકડે કકડા કરી નાંખીશ. આ સાંભળીને શ્રી ધર્મઘોષ ગુરુએ કેશવને કહ્યું, કેશવ ! દેવ-ગુરુ અને સંઘને માટે અદૃત્ય પણ કરવું પડે. માટે તારે કશોય વિચાર કરવાની જરૂર નથી. હમણાં તું લોજન કરી લે, નહીંતર આ યક્ષ મને કચડી નાંખશે, મારા પ્રાણ લેશે માટે મારા રક્તબાહુની ખાતર પણ તું લોજન કર !’

કેશવ નો તત્ત્વજ્ઞ હતો. કેશવ એમ કંઈ યક્ષની માયામાં ક્રમાય તેવો ન હતો. એને તો દૃઢ વિશ્વાસ હતો, કે મારા ગુરુ શ્રી ધર્મઘોષ મહારાજ કદિ પણ આવાં વચનો ઉચ્ચારે જ નહિ. આ બધી યક્ષની માયા લાગે છે. મારા ગુરુ નો યથાર્થવાદી અને મહા દીર્ઘશંખન છે. એ કંઈ મન્યુથી દરે નહિ, મને તો દૃઢ નિશ્ચય છે કે આ મારા ગુરુ નથી પણ આ તો યક્ષની મ.યાનજ લાગે છે.

ત્યાગની તમારી અડગ પ્રતિજ્ઞાનાં વખાણ કર્યાં હતાં. તમારા ધૈર્યનું અપૂર્વ વર્ણન કર્યું હતું, એ વાતને હું નહોતો માનતો. ઇંદ્રની વાતને અસત્ય ઠરાવવા અને તમને પ્રતિજ્ઞાથી ચલાયમાન કરવા હું અહીં આવ્યો હતો. પણ તમે જરાય ડગ્યા નથી અને પ્રતિજ્ઞામાં અવિચળ રહ્યા છો. ધન્ય છે તમને ! મારો અપરાધ ક્ષમા કરો ! હું તમારા ઉપર પ્રસન્ન થયો છું. માગો ! જે માગો તે આપવા હું તૈયાર છું. જો કે મહાન પુરુષને કશી જ ઇચ્છા હોતી નથી, પણ તમારા ધૈર્ય અને શૌર્યથી આકર્ષાયેલો એવો હું તમારા પરની મારી ભક્તિથી તમને વરદાન આપું છું કે, ' આજથી કોઈ પણ રોગીને તમારા ચરણ ધોયેલું જળ લગાડશે તો તેનો રોગ દૂર થઈ જશે, અને તમે મનમાં જે ઇચ્છા કરશો તે તત્કાળ પૂરી થશે. આ પ્રમાણે યક્ષ કેશવને વરદાન આપ્યું અને તે જ વખતે યક્ષ કેશવને સાકેતપુર નગરની બહાર મૂકીને અદૃશ્ય થઈ ગયો.

કેશવે પણ પોતાને કોઈ નગરની બહાર જોયો. સૂર્યોદય થયા પછી નિત્યક્રમથી પરવારી તેણે નગરમાં પ્રવેશ કર્યો. ત્યાં નગરના મધ્યભાગમાં તેણે એક આચાર્ય મહારાજને નગરજનોને પ્રતિબોધ કરતા નિહાળ્યા. કેશવને ગુરુદેશનથી ખૂબ આનંદ થયો. ગુરુ મહારાજને વંદના કરી તેમની સન્મુખ તે જોસી ગયો.

દેશના સમગ્ર જન યાદ નગરના ધનંજય રાજાએ ગુરુદેવને વિજિપ્ત કરી, ગુરુદેવ ! મારી ઇચ્છા મને લેવાની.

છે. અને રાજોથી મારું યરીર હીજુ ધનઃ આપ્યું છે, એટલે આમકથ્યાણની મારી ભાવના છે. પણ મારે પુત્ર નથી. અપુત્ર એવો હું કેને રાજગૃહી આપુ ? આવો વિચાર કરી રાત્રે સ્વપ્નમાં એક દિવ્ય પુત્રુએ આવીને મને કહ્યું કે આવતી કાલે પ્રભાતે ડર દેશાતરથી એક વ્યક્તિ તારા શુરુમદારાજ પાસે આવશે. તે મદાન ભાગ્ય-શાળી છે. તેને તું રાજગૃહી આપજો જોઈ તારા સર્વ મનોરથો પૂર્ણ થશે.

આ સ્વપ્ન આપ્યા પછી તરત જ હું જાગી ઊઠ્યો. પ્રભાતનાં સર્વ ક્રમંથી હું નિવૃત્ત થઈ આપની પાસે આવ્યો. ત્યાં આ મદાન પુત્રુ મારા જોવામાં આવ્યા, તે વખતે શુરુમદારાજે કૈયવના રાત્રિજોજનના ત્યાગની સર્વ દક્ષિત કહી સંભળાવી. ત્યારે મદારાજાએ કહ્યું, 'શુરુદેવ ! સ્વપ્નમાં આપી કહી જનાર એ દિવ્ય પુત્રુ કોણ કશે ?' મદારાજના પ્રશ્નના ઉત્તરમાં અતિશય જ્ઞાની શુરુમદારાજે જણાવ્યું, 'રાજનું આ કૈયવની પરીક્ષા કરનાર વલ્લિ નામનો વક્ષ છે. એ જ વક્ષ તમને સ્વપ્ન આપ્યું છે.' ત્યારબાદ રાજા કૈયવની સાથે રાજમહેલમાં પધાર્યા અને ભારે ધામધૂમથી કૈયવનો રાજ્યભિષેક કર્યો. કેમવ વલ્લિક-પુત્ર મદી એક મદાન રાજા બન્યો.

ધર્મનો મદિમા અપરંપાર છે. ધર્મના પ્રભાવે મુજ, સમૃદ્ધિ અને દેવતાઈ મુજો આપમેળે આવી મળે છે. પણ આપણે તો માળા ગણવી ચડે કરીએ અને આકાશમાં દ્વિંશુ નેઈએ કે સોનામઢોરો કચારે વરસે !

સાધુ-મહાત્મા વરસાદના કારણે પટ્ટની ઝુંપડી પાસે આવીને ઊભા. પટ્ટ મુનિશ્રીને જોઈને ખુશી ખુશી થાય છે. ઝુંપડીમાં અંદર લઈ જઈ હાથ જોડે છે. મુનિશ્રીએ ધર્મના ઉપદેશમાં વિશેષ કરી રાત્રિભોજન ન કરવાની પ્રેરણા કરી. રાત્રિભોજન કરવાથી અનેક અનર્થ અને અનેક જીવોની હિંસા થાય છે, માટે તેનો અવશ્ય ત્યાગ કરવો.

પટ્ટ લઘુકર્મી હતો. ધર્મની રુચિ હતી. મુનિશ્રીના ઉપદેશની સુંદર અસર થઈ અને તત્કાળ તેણે જીવનભર માટે રાત્રિભોજનનો ત્યાગ કર્યો. મુનિશ્રી વરસાદ બંધ થતાં ઉપાશ્રયે પધાર્યા અને પટ્ટ પોતાને ઘેર ગયો.

ત્યારબાદ બનાવ એ બન્યો કે એ જ દિવસે પર્વ દિવસ હોઈ ખુશી મનાવવાની ખાતર મિષ્ટાન્ન તૈયાર કરવામાં આવ્યું હતું. સૌ રાત્રે ભોજન કરવા બેસવા લાગ્યા પણ પટ્ટએ ના પાડી કે મારે રાત્રિભોજન ન કરવાનો નિયમ છે.

ભાઈઓને પરસ્પર પ્રેમભાવ હતો. એક ભાઈને છોડીને બીજા ભાઈઓ શી રીતે જમવા બેસે ! એટલે કેઈએ રાત્રે ભોજન ન કર્યું. જ્યારે ભાઈઓ ન જમે ત્યારે તેમની પત્નીઓ પણ કેવી રીતે જમે ! એ પણ જમતી નથી. એકના ત્યાગે ૬-૬ આત્માને પણ કુદરતી રાત્રિભોજનનો ત્યાગનો લાભ મળ્યો.

સૌએ રાત્રિભોજન ન કર્યું અને જો કર્યું હોત તે. બંધન. પ્રાણ આપ્યો. જાત ? ધર્મની પ્રતિજ્ઞા શું કામ

રે છે, ધર્મનો કેવો મજબૂત પ્રભાવ છે ! એમ બન્યું હતું કે રાત્રે મિદાન્ન તૈયાર કરતાં અંધારામાં ખબર ન પડી, ખાંટણીમાં સાપનો કણો હતો તે કુટાર્થ ગયો. સર્પના ભયના દુકંડે દુકંડા થઈ ગયા. એ ઝેર મિદાન્ન સાથે મળી ગયું અને સવાર થતાં સૌએ એ નજરે નિકળ્યું. બધાને કારે આશ્ચર્ય થયું, આ શું ! સાડું થયું પટ્ટના રાત્રિભોજનના ત્યાગે આપણે બધાએ ખાધું નહિ. બધાયના પ્રાણ ભચ્યા. ધર્મ પર હદ આસ્થા થઈ, વડીલ ભાઈના નિયમની સી પ્રથા કરવા લાગ્યા. તે જ વખતે સૌએ પણ રાત્રિભોજન ન કરવાની પ્રતિજ્ઞા લીધી.

પટ્ટ વગેરેએ મુનિશ્રી થાસે કૈન ધર્મની શ્રદ્ધા સાથે મૂળ બાર મતો અંગીકાર કર્યા. સૌ આવક ધર્મની આરાધના કરવા લાગ્યા, અને અંતે કાળ કરી દેવલોકમાં ઉત્પન્ન થયા અને કાળે કરીને મુક્તિપદને પામ્યે.

રાત્રિભોજન મહાપાપ છે તે અન્યથામાં સાક્ષ્ય પ્રમાણે :—

(૧) નરકના ચાર દરવાજામાં પ્રથમ રાત્રિભોજન, બીજો પરમીગમન, ત્રીજો બોળ-અચાણું અને ચોથો દરવાજો અનંતકાવતું બસણ છે.

(૨) મહાભારતમાં કહ્યું છે કે :— જેઓ માંસ, મદિરા, રાત્રિભોજન અને હંદમૂળ વાને અનંતકાવતું બસણ કરે છે, તેઓના આચરેલા તપ-જપ વૃથા થાય છે, મનસળ કે નિષ્ફળ બને છે.

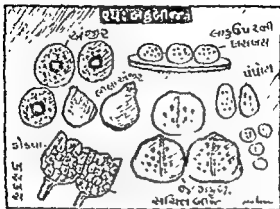
(૩) રિવમનો

આ ત્રણેય ભાંગા અશુદ્ધ છે. જ્યારે (૪) દિવસે ચતનાપૂર્વક બનાવેલું ભોજન દિવસે ખાવું તે જ શુદ્ધ ભાંગો છે.

સૂર્યાસ્ત થયા પહેલાં ચારે આહારનો ત્યાગ કરવો ઉત્તમ છે. લગભગ વેળાએ સૂર્ય અસ્ત પામી ગયો હોય કે પામવાની તૈયારીમાં હોય, સૂર્ય હશે કે નહીં ? એમ જામ પડતી વખતે પણ ભોજન વર્જવું. વાદળાં હોય ત્યારે ઘરાબર સૂર્યાસ્તના સમયનો ખ્યાલ રાખવો અને અંધારાવાળા ભાગમાં ભોજન ન કરવું. દરેક ગામમાં સૂર્યાસ્તના સમયમાં થોડો થોડો ફેર પડે છે માટે સૌથી શ્રેષ્ઠ સૂર્યાસ્ત પહેલાં બે ઘડી છોડાય તો ઉત્તમ છે.... છેવટે સૂર્યાસ્ત પહેલાં પાંચ મિનિટે ચારે આહારનો ત્યાગ કરાય તો પરચક્રબાળુ શુદ્ધ થાય.

સ્વાધ્યાય

૧૫. બહુબીજ : અભદ્ય



જે ફળોમાં શાકમાં જે બીજ વચ્ચે અંતરપટ હોય નહિ અર્થાત્ બીજે બીજ અડેલાં હોય, એવી રીતે જે ફળાદિકમાં બીજ રહેલાં હોય એમાં ગર્ભ ઘેરો ને બીજ ધણાં હોય, જેના બીજને રહેવાના ગુદા ગુદા ખાસ ખાના કે સ્થાન નથી, તે બહુબીજ ભલવાં. દોડી-બકા, ટીંબરૂ, કરમદા (બીજ ધવા અગાઉ અનંતકાષ), રીંગણા, ખસખસ, રાજગરો, પંપોલા, પટોલ પ્રમુખમાં શીયાં પુણજ બીજ છે. બીજે બીજે ગુદો છૂર હોય છે. તેની દિંસાગી અભદ્ય ગણેલ છે, તેથી તેનો ત્યાગ કરવો.

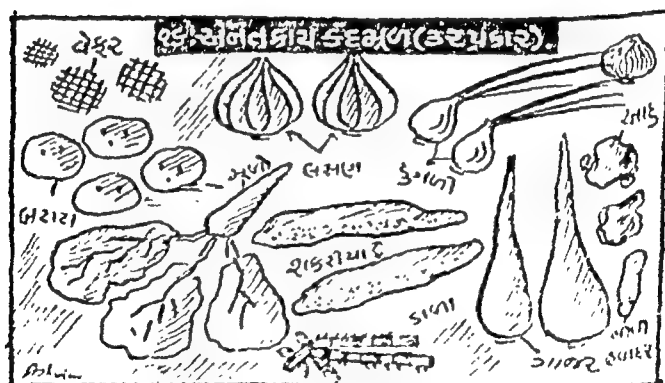
● બહુબીજવાળી વસ્તુઓ પિત્તનો પ્રકોષ કરે છે. આરોગ્યની દૃષ્ટિએ પણ તેનો ત્યાગ કરવો યોગ્ય છે.

જેમાં ખાવામાં થોડું આવે છે, અને જીવહિંસા ઘણી જ થાય છે. મારે અનેક સંખ્યક જીવોની હિંસાથી બચવા ત્યાગ કરવો ઉત્તમ છે.

● જામફળનું શાક ચૂલે કરવાં છતાં એનાં મીંજ = ખીજ કડક હોવાના કારણે મિશ્ર રહે છે તેથી સચિત્તના ત્યાગીને કે એકાસણાં-બેસણાંમાં ન કલ્પે.

● લીલા-સુકાં અંજીરમાં બી ઘણાં હોય છે, તે જુદાં પાડી શકાતા નથી, તેથી સચિત્તના ત્યાગીને કલ્પે નહિ.

૧૬. અનંતકાય : અભક્ષ્ય



● વનસ્પતિ બે પ્રકારની છે. (૧) પ્રત્યેક વનસ્પતિ-કાય :- જેમાં એક શરીરે એક જીવ હોય છે. ફળ-ફૂલ-છાત્ર-થાડ-કાળ-મૂળ-પાંદડું અને બીજામાં અત્રગ-અત્રગ એક જીવ હોય છે. બીજાં (૨) સાધારણ વનસ્પતિકાય :- જેમાં એક શરીરે અનંત જીવો હોય છે.

અનંતકાય વનસ્પતિની ઓળખ-લક્ષણ :- ‘ મૂઢ-

સિર-સંધિ-પખ્વં, સમભંગમહીરગં ચ છિન્નરુહં સાધારણું
સરીરં ’ :- જે વનસ્પતિના પાન-ફળ પ્રમુખની નસ તથા
સંધિ જણાય નહિ, ગાંઠ ગુપ્ત હોય, જે ભાંગવાથી બરોબર
ભાંગે તથા ભાંગેથી એકદમ જૂકો થઈ જાય, કે છુરછુર
થઈ જાય, તાંતણા-રેસા ન હોય, હેવા પછી ફરી ઉંજે તે
સાધારણ વનસ્પતિ જણાયી. જેના એક શરીરમાં અનંત લાવે
હોય છે. એક બટાટામા અસંખ્ય શરીરો હોય છે અને
શરીરે શરીરે અનંતલાવે હોય છે.

આમ કંઈમૂળાદિ અનંતકાયમાં અનંતાલાવેને નાશ
થતો હોઈ અબલકય ગણવામાં આવેલ છે. તેના સંપૂર્ણ
ત્યાગ કરવાથી અનંતા લાવેને અબલદાન આપ્યાનુ ફળ
મળે છે.

આપણી બગીચી અનંતા લાવેને ઠચરવા નથી મળી,
અન્યથા અનંતાલાવેના નાશથી ભવાતરમા લાભ મળવી
ફલભં છે, એકેન્દ્રિયપણું મુલભ થશે. જ્યાં જ્યાં પછી
લાવ અસંખ્ય કે અનંતી ઉત્સર્પિણી-અવસર્પિણી કાળ
પસાર કરે છે. એકેન્દ્રિય લાવને પ્રગટપણે પાપ ન કરવા
છતાં મન ન હોવાના કારણે કોઈ ધર્મ હોતો નથી,
લાવ કમંથી ભંધાયા જ કરે અને દીર્ઘકાળ છેદન-સેદન,
તકડા-ટાક વગેરેનાં કાટો સહીને દીર્ઘકાળ પસાર કરે
છે. અનંતકાયમાં ન જવું હોય તો તેના ત્યાગ કરવો
જરૂરી છે.

૩૨ અનંતકાયનાં નામો :-

(૧) ભૂમિ કંદ	(૧૮) કિસલય
(૨) લીલી હળદર	(૧૯) ખીરસુઆકંદ
(૩) લીલું આહું	(૨૦) થેગ
(૪) સુરણ કંદ	(૨૧) લીલી મોથ
(૫) વળ કંદ	(૨૨) લુલુ-વૃક્ષની છાલ
(૬) લીલો કચુરો	(૨૩) ખીલોડા કંદ
(૭) શતાવરી વેલી	(૨૪) અમૃતવેલી
(૮) વિરાલી-લતા	(૨૫) મૂળો (૫ અંગ)
(૯) કુંવર-પાહું	(૨૬) ખિલાડીના ટોપ
(૧૦) થોર	(૨૭) વત્થુલાની ભાજી
(૧૧) ગળો	(૨૮) વિરૂઢ (અંકુર કૂટેલું કઠોળ)
(૧૨) લસણ	(૨૯) પાલક ભાજી
(૧૩) વાંસકારેલા	(૩૦) સુઅરવલ્લી
(૧૪) ગાજર	(૩૧) કોમળ આમલી
(૧૫) લાગી	(૩૨) આહુ, રતાળું પિંડાળું
(૧૬) લોઢક	
(૧૭) ગરમર	

અનંત સંખ્યા કેટલી ?

- (૧) જગતમાં સૌથી થોડા મનુષ્ય.
- (૨) તેના કરતાં અસંખ્યાત ગુપ્ત નારકના જીવો.
- (૩) તેના કરતાં અસંખ્યાત ગુપ્ત દેવના જીવો.
- (૪) તેના કરતાં અસંખ્યાત ગુપ્ત તિર્થંચ પંચેન્દ્રિયો.
- (૫) તેના કરતાં અસંખ્યાત ગુપ્ત વિદલેન્દ્રિય જીવો.

- (૬) તેના કરતાં અસંખ્યાત ગુણ અગ્નિકાય જીવે.
 (૭) તેનાથી વિશેષાધિક પૃથ્વીકાય જીવે.
 (૮) તેનાથી વિશેષાધિક અબ્ધકાય જીવે.
 (૯) તેનાથી વિશેષાધિક વાયુકાય જીવે.
 (૧૦) તેનાથી અનંતગુણ સિદ્ધતા જીવે.
 (૧૧) સિદ્ધો કરતાં પણ અનંતગુણ જીવે. સાધારણ
 વનસ્પતિમાં-નિર્જોદમાં છે.

કંદમૂળ વગેરે અનંતકાયિક પદાર્થોમાં એક ચરીરમાં
 અનંતાનંત જીવે હોય છે. કંદ એટલે વૃક્ષના યકની નીચે
 જમીનમાં રહેલો ભાગ. આ સંબંધાયેલી છે. કંદો અનંતકાય
 છે. આદ્ય એટલે નહિ સુકાયેલા સર્વ જાતિના કંદ :-

❶ ૩૨ અનંતકાયની ઓળખાણ :-

- (૧) સુરજનો કંદ-જેનાથી ત્રણ જીવોનો નાશ થાય છે.
 (૨) વજ્ર કંદ-એક કદવિશેષ છે. યોમટાચની ટીકામાં તેનું
 વજ્ર તર નામ હતું છે.
 (૩) હીસી હુણદર-દરેક જાતિની નદિ ઝુકાયેલી હજાર.
 (૪) આદુ-હીસી સુંદ.
 (૫) હીસો કચૂનો - સ્વાદમાં તીવ્રો દોષ છે.
 (૬) શતાવરી - વેલડીવિશેષ, ઓષધમાં વિશેષ વરાવ
 છે. હીસી શતાવરીનો ત્યાગ કરવો.
 (૮) વિરાડી - વેનડિવિશેષ; તેને કોઈ 'સિંધાલી' ખજ કહે છે.
 (૯) કુમારી-કુઆર-પાકું પ્રસિદ્ધ છે. જેનાં પત્તાં બે ધારોમાં
 કાંટાવાળા, માંજા પરનાળના આકારનાં દોષ છે.
 (૧૦) ઘોર - ઘોડરી દરેક જાતના ઘોર જેવા કે દાંધિયા,
 કાંટાળા અનંતકાય છે. જેનાથી ખેતર વગેરેની વાડ
 ઠરવામાં આવે છે.

- (૧૦) ગળો - ગડ્ડચી દરેક જાતની લીલી ગળોના વેલા, જે લીમડા વગેરે વૃક્ષો ઉપર જોવામાં આવે છે.
- (૧૧) લસણ - મસાલા-ચટણીમાં વાપરે છે તે.
- (૧૨) વંશકારેલા - ડામળ હોય છે, શાકમાં વાપરે છે.
- (૧૩) ગાજર - મીઠાશવાળું ભૂમિકંદ છે.
- (૧૪) લવણક - હુણી નામની વનસ્પતિવિશેષ, જેમાંથી સાજા-ખાર બને છે.
- (૧૫) લોહક - પંક્તિની નામની વનસ્પતિનો કંદ, (પાણીમાં પોયણું થાય છે તે.)
- (૧૬) ગિરિકર્ણિકા - એક જાતની વેલડી. કચ્છમાં પ્રસિદ્ધ છે. જેને ગરમર કહે છે. જેનો અથાણામાં ઉપયોગ કરે છે.
- (૧૭) કિસલય - ડામળ પત્રો. નવા જીગતા સર્વ ગુચ્છનાં પાંદડાં અનંતકાય હોય છે. તેમ જ પ્રથમ ખીજમાંથી ફૂટતાં અંદુરા પણ અનંતકાય હોય છે. મેથીની લાજના મૂળમાં રહેલાં જડાં ડામળ પત્રો પણ અનંતકાય હોય છે.
- (૧૮) ખરસઈઆ - કંદવિશેષ જેને 'કસેર ખારિંશુક' પણ કહે છે. તેને માત્ર લીલી લીલી ડાંડીઆ જ હોય છે. તેનું દૂધ વિષ-તક્ષણવાળું છે.
- (૧૯) થેગની ભાજી - તેનો પોંખ પાણી થાય છે, જે જુવારના દાણા જેવો ચોખાસામાં વેચાય છે.
- (૨૦) લીલી માથ - પ્રસિદ્ધ છે. જળાશયોમાં કાંટે કાંટે થાય છે અને પાંદડાં કાંડો ધાય છે.
- (૨૧) લવણ નામના વૃક્ષની જાત, તેને જામર વૃક્ષ પણ કહે છે. જાત સિવાય બાકીનાં અંગો પ્રત્યેક વનસ્પતિ છે.
- (૨૨) ખિલ્લદો - ખિલ્લુ નામે કંદ, ખિલોડી કંદ.
- (૨૩) અમૃતવેલ - એક જાતનો વેલો, જેને વિરતારમાં વધતાં વાર નામની નથી.

(૨૪) મૂળા - રેશી અને પરેશી-ધોળા અને રાતા બંને અનંતકાવ છે. મૂળાના કંદ તથા કાંડણી, ફૂલ, પત્ર તેના મોતરા અને દાણા એ બધાંય અભક્ષ્ય ક્ષ્વાય છે. અર્ધી મૂળાનાં પાંચે અંગો ત્યાગ કરવાનાં છે. પાન, કાંડણી, મોતરા ન વપરાય.

(૨૫) ભૂમિદોડા - વર્ષાઋતુમાં જન્મે આકારે ઉચ્ચતા બિલાડીના રીપ.

(૨૬) વિરુદ્ધ - કઠોળમાયી નીકળતા અંકુર ક્યારે ચણા-મગ વગેરેને દાળ કરવા માટે પશાળવામા આવે છે ત્યારે તે વધુ વખત ખાણીમાં રહેતાં તેમાં સફેદ અંકુરાઓ નીકળે છે. જેથી તે અનંતકાવ બની જાય છે. ક્ષુમાવાળા સર્વે કઠોળ અભક્ષ્ય જાણવા. રાત્રિના કઠોળ પશાળતાં અંકુરા ફરે છે માટે ઉપયોગ રાખવે.

(૨૭) હફ વાધુસની ભાઈ - જેવું દાક કરાય છે. જીરતી વખતે અનંતકાવ છે.

(૨૮) શુકરવહલી - એક ભતની વેણ, જંગમમાં થાય છે.

(૨૯) પલ્લંક - પાલકની ભાઈ.

(૩૦) કુછુરી અંબલી - જેમાં દુધિયા-ખીજ ન થયા હોય તેવા કુછી અંબલીના કાતરા અનંતકાવ છે.

(૩૧) આહુ - ખટાટા રતાણું કંદ કહેવાય છે.

(૩૨) પિંકાળું - ડુંગળી નામે પ્રસિદ્ધ છે.

આ બગીચે પ્રકારના અનંતકાવમાં કહ્યું કહ્યું અનંતા છવેા હોય છે. જેનો સંપૂર્ણ ત્યાગ કરવાથી અનંતા છવેાને અખવદાન આપવાનો મહાન ફાયદો મળે છે. ક્યારે તેનો નાશ કરવાથી અચાતા વેદનીય, નરકાલ વગેરે પાપપ્રતિભો બધે પડતાં અનેક પ્રકારની વેદનાઓ વેદની પડે છે.

ખટેદામાં રહેલું ઝેર :

(લંડન, તા. ૨૪-૧૧-૭૪ (રાઈટર) મુંબઈ સમાચાર)

૧૬મી સદીમાં યુરોપમાં ભારે લોકપ્રિય થનારા ખટાટાને જો હાલના આરોગ્યના ધોરણે તપાસવામાં આવતે તો તે કદાચ નિષ્ફળ નીવડતે.

“ક્રુડ એન્ડ સોસાયટી” નામના પોતાના પુસ્તકમાં ડૉ. મેગનસ પાઈકે જણાવ્યું છે કે ખોરાક અને દવાના સત્તાવાળાઓ ખટાટાને ઝેરી જ ગણાવતે.

તેમણે કહ્યું છે કે સાધારણ બાગમાં સ્લાલેમાઈન નામનો ઝેરી પદાર્થ દસ લાખના ૯૦ ના પ્રમાણમાં હોય છે અને જો ખટાટાને તડકામાં રાખવામાં આવે તો તે ૪૦૦ ટકા સુધી જાય છે અને તેની ધીમા ઝેર સાથે ગણના કરવામાં આવે છે. (જે ખાનારના શરીરને બગાડે છે.)

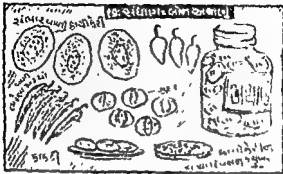
બ્રિટનના સાલ્સબીર સર વોલ્ટર રેલે સૌ પ્રથમ ખટાટાને ઉત્તર અને દક્ષિણ અમેરિકામાંથી બ્રિટન અને આયરલેન્ડમાં લાવ્યા હતા. પરંતુ જો “સર વોલ્ટર” રેલે આજે તે લાવ્યા હોત અને સ્વાસ્થ્ય સત્તાવાળાઓને તે અંગે પૂછવામાં આવ્યું હોત તો તેઓએ તેનો સ્વીકાર જ ન કર્યો હોત...કારણ જો રોગ અને મૃત્યુ જલ્દી કરે એવા વિચારથી મુક્ત હોય છે. માનવને પોતાની રક્ષાની જરૂર છે. તે માટે વિદેશ દવાઓ ખનવાની જરૂર છે.

૧૭ : સંધાન = યોગ્ય અથાણું

અથાણું લાંબો વખત સુધી રાખી મૂકવાનાં હોય છે. તે અનેક વનસ્પતિઓનું બને છે. જેમ કે આંખવેડી, પાંદડ, લીંબુ, કેરી, ગુદાં, કેરડા, કરમદાં, દાકડી, હાળાં, મરી. ચીનદાં, મરચાંના ચંબારો વગેરે ત્રણ દિવસ દરમિયાન એક દિવસે અલગથી બને છે.

અથા દિવસે અથાણામાં અનેક ત્રસ રહે. એવો

૧૭. સુધાણુ : બોળ-અથાણુ : અભદ્ય



ઉ અને મર છે. કંઠમૂળમાં લીલી આદુ, ફળદર, ગરમર, ભાજર, કુંવાર અને પ્રાથ કે જે અનંતપાચ છે, ને વસ્તુ તથા પંચુંબર, બટુબીજ, અને લીલાં બીલી, લીલા વાંસ, વગેરે પ્રથમથી અભદ્ય રૂપે ગણાતી ચીજોનું અથાણું પણ ન જ વપરાય, કે કસાય. એમાં અનંતપાચને દોષ છે.

તરફે કસે થયા વિનાના અથાણામાં જોડ દેવ લવે છેપણ છે. જોડે કાચે રસાયું કરે તે: પંચેન્દ્રિય સંમૂર્ધન લવે છેપણ છે. ત્રય લવેની હિ સાને દોષ મોટે છે.

○ લીલા લીખા (પરી) મલખરથી ખીડાના પાણીમાં અથાણું ને ઝટી આવે છે, તે બોળ અથાણું છે તેથી તે અપરવ વર્જવા.

○ અપરવર્યાનીઓના યાજમા પણ 'બોળ અથાણું' નામના દારુણ ગણાયું છે. તે મોટે તેનો સ્વરૂપે જોઈએ.

અથાણામાં ક્યારે અભક્ષ્યતા-ભક્ષ્યતા :—

● (૧) જે ફળમાં ખટાશ છે તે અથવા તેવી વસ્તુમાં ભેળવેલું હોય તે અથાણું ત્રણ દિવસ પછી અભક્ષ્ય બને છે. પરંતુ (૨) જો કેરી, લીંબુ વગેરેની સાથે નહિ ભેળવેલા ગુવાર, ગુંદા, કાકડી, ચીલડા, મરચાં વગેરેના અથાણા કે જેમાં ખટાશ નથી તે તો એક રાત્રિ વીતે બીજે જ દિવસે અભક્ષ્ય થાય. (૩) કેરી કે લીંબુની સાથે આચરું હોય, તો ત્રણ દિવસ ખાવામાં બાધ નથી. પણ (૪) જો શેકેલી મેથી નાંખી હોય તો બીજે જ દિવસે વાસી થવાથી અભક્ષ્ય છે. કારણ કે મેથી ધાન્ય છે. મેથી ચણાનો આટો કે દાળિયા નાંખેલ હોય, તો તે દિવસે જ વપરાય. બીજે દિવસે અભક્ષ્ય. (૫) વળી, જે અથાણામાં મેથી નાંખી હોય, તે કાચાં દૂધ-દહીં છાસ રૂપ ગોરસની સાથે ખવાય નહિ. (૬) કેરી, ગુંદા, ખારેક, મરચાં વગેરેનું સુકવેલું અથાણું બનાવે છે તે પણ તડકો બરાબર ન દેવાયા હોય અને લીલાશ રહેવાથી વાળ્યું વળી શકતું હોય તો તેવું અથાણું પણ ત્રણ દિવસ પછી અભક્ષ્ય થાય.

અથાણાં માટે માત્ર તડકા દેવા તેવું કાંઈ નથી પણ જ્યાં સુધી કેરી-મરચાં-ગુંદાં વગેરે બંગડી જેવ મુકાય, ત્યાં સુધી પાંચ સાત કે વધારે દિવસ પણ તડક દેવા જોઈએ. તે સુજાત મુકવ્યા બાદ રાઈ, ગોળ ચણે અને તેણેથી દિવસ, તો તેવું અથાણું વર્ણ-ગંધ-રસ-સ્પર્શ કદે નહિ, ત્યાં સુધી ભક્ષ્ય ગણવે છે. પણ તે અથાણું દિવસે તે બંગડી જાય ત્યારે ન કદવે. બેરવા

બગદેલી વસ્તુમાં બેઠાંદ્રિય ત્રસ હોવો ઉત્પન્ન થયેલા હોય છે, તેમાં કુગ વળી જતાં અનંતા હોયો થાય છે, તેવું અથાણું અમલકય બાણી ત્યાગ કરવો.

આ પ્રમાણે ઉપયોગપૂર્વક કરેલાં અથાણાં માટે પછી પણ બહુ ઉપયોગ તથા કાળજી રાખવી જરૂરી છે.

અથાણાં અંગે રાખવાની કાળજી :-

(૧) અથાણાંની બરણી બરાબર ચોખ્ખી કરી પછી બરણું અથવા અથાણું બરણી જતાં વાર સાચવી નવો.

(૨) તે બરણી ઉપર સખત હાંથેનું મૂળી કપડાંથી મજબૂત બાંધવું, તેમાં દવાનો પ્રવેશ ન થવો જોઈએ. નદી તરે ચોખાસામા દવા સાચવાથી કીપ-કુગ ધરાયો અમલકય થાય છે. કુગવાનું અથાણું ખવણ નહિ, કુમળા કાંબિયે કાંબિયે અનંત જીવો દોષ છે.

(૩) અથાણું ધરના ઉપયોગરત માનુમે ભને લાયક સ્વચ્છ કરીને ડોરા કરી બાદ રમવા વળી અગર ખીલ મોટું સાધનરતે કાઢવું, પણ બનનાં સુધી હાથ વળી કાઢવું નહિ, વળી પાડીયાગા લાયક ડોરા કરી પછી જ કાઢવું, નહિતર તેમાં પાણીનું કાજ એક જ ટીકું, પાણીની હિંમત થાય, માટે ઉપયોગ રાખવો.

(૪) અથાણાંની બરણી ઉપર જોડી, મોઢા વગેરે જીવ ન ચડે તેવા સ્થાનો રાખવું. ચોખાસામા દવા ન ભે નેરી જગ્યાએ રાખવું, કેડપાડે સોડો અથાણું-મુરના વગેરે અપારામા રાખે છે અને તેને રસ પ્રમુખ પડવાથી કે નાક કરવાથી તે જગ્યાએ ચોખા-વળી ધરાયો ત્યાં અમલકય જીવો મોટે છે અપારાને નહિ કાઢના કરતાં તે બિચારો જીવો તે બરણીમાં પડવાથી મરી જાય છે, પછી પેટમાં પણ આવે તેથી જ્યાં સારું અજવાળું પડી દરજી દેવા તેથી જગ્યાએ રાખવું, જોયો હવેલિયા ન થાય.

(૫) સુકવડી વેળાએ જેવુંલેવું સુકવડું દોષ, હો નો અથાણું તરુ દિસયો વધારે ઉપયોગમાં ન લેવાય, માટે ઉપર લેવા કે-

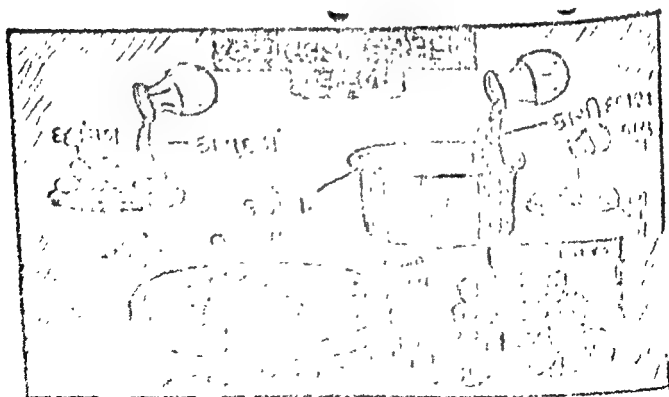
કડક થાય તેવું સૂકવવું જોઈએ તથા અથાણું કરતી વખતે પાણીનો કિંચિત્ સ્પર્શમાત્ર પણ થવો ન જોઈએ.

(૬) વળી, આ અથાણુંએ। વરસ કે તેથી વધારે મુદત પણ રાખી મુકાય છે પણ તેમ ન કરતાં વાપરી નાંખવા જોઈએ, જેથી બગડવાનો વખત ન આવે. બગડ્યા પછી વાપરી શકાય નહીં અને એનો નિકાલ કરતાં ઘણી વિરાધના થાય. આથી ઘણી નાશુતિ રાખવી જોઈએ.

ખરેખર। જિજ્ઞાસુન્દ્રિયને જ્ય કરનાર પુરુષો અથાણુંઓનો ત્યાગ કરે છે, અને તે જ ખરેખર પ્રશંસનીય છે. કારણ કે આ જીવે અનંતીવાર દરેક ગીજો ખાઈને વમન કવું તો પણ તૃપ્તિ ગઈ નહીં.

અણાદારીપણું પામ્યા સિવાય કાંઈ મોક્ષે ગયા નથી, જતા નથી ને જશે પણ નહિ. અનેક જીવોથી સંસકૃત આત્મજ્ઞ અથાણું ત્યાગ કરવાથી રસનાની જીત થાય છે...એ એક મોટો આત્મવિજય છે. જીવનું સમયન અમૃત્યના ત્યાગ માટે બહુ જરૂરી છે. અન્યથા અમૃત્યના સેવનથી કર્મની દીર્ઘકાળની ભારે સજા થાય છે.

(૧૮) ઘોસવડાં — વિદ્યા આત્મદય



ઘોલવડાં એટલે દ્વિદળ - કઠોળની સાથે કાચાં દૂધ-દહીં કે છાશ રૂપ ગોરસની મેળવણી થયેલી કોઈ પણ ચીજ. તેમાં તરત જ બેઇન્દ્રિય જીવો ઉત્પન્ન થાય છે. અગણિત પ્રસ જીવોની હિંસાના કારણે અભક્ષ્ય છે.

દ્વિદળ-વિદળ એટલે સામાન્ય રીતે જેને આપણે કઠોળ ધાન્ય કહીએ છીએ, તે દરેક લેવા.

જેમાંથી તેલ ન નીકળે, છતાં બે સરખી ફાડ થઈને દાળ થાય, અને બાકના ફળરૂપ ન હોય તે વિદળમાં ગણાય.

ચણા, મગ, મકે, અડદ, તુવેર, વાલ, ચોળા, કળથી, વટાણા, લાંગ, મેથી, લીલવા વગેરે તથા એ વિદળની ફળીઓ, લીલાં-મુઠાં પાંદડાં, બાજી, તેના આટા, દાળ તેની બનાવટો વગેરે પણ દ્વિદળ ગણાય છે. જેમકે :- કઠોળ અને તેના પાંદડાની બાજી, વાલોળ ચોળાફળી, તુવેર, મગ, વટાણાની ફળી, લીલા ચણા, પાંદડીનું ચાક, તેની મુઠવણી, સંભારા, અથાણાં, દાળ, કળી, સેવ ગાંઠિયા, પૂરી, પાપડ, ભુંદી, વડીની સાથે કાચું દૂધ-દહીં કે છાશનો યોગ થતાં અભક્ષ્ય બને છે.

● જેમાંથી તેલ નીકળે, તો તે દ્વિદળ ન ગણાય, જેમકે રાઈ, સરસવ, તરુ, તેમ જ બાકના ફળ રૂપ સાંઘરી દ્વિલ નથી. મેથી નાંખેલ અથાણાં વગેરે ચીજો દ્વિદળ ગણવી.

પરંતુ, ગોરસ ખૂબ ગરમ, હાથ દાઝી બાય તેવું કરી અથવા ગરમ કર્યા પછી કંદા થયા પછી તેમાં દ્વિદળ કઠોળની ચીજ તેની સાથે મેળવાય તો દોષ લાગે નહિ.

આ બાબતનો ખાસ વિવેક રહેવો જોઈએ. ભોળા
નમાં કાચું દહીં કે છાશ લેવી હોય તો કઠોળવાળી ચીજ
ખાધા પછી પાણી પીવું જોઈએ, અને હાથ, મોઢું ઘોઘ
ચોખ્ખું કરીને છાશ લેવા માટે વાસણ બદલી નાંખવ
જોઈએ. સારાંશ કે કાચા કે રાંધેલા વિદળની કોઈ પણ
જાતની બનાવટનો અને કાચા ગોરસનો કોઈ પણ રીતે
જરા પણ સ્પર્શ કે લેખસેખ ન થવા જોઈએ તેવી રીતે
કાળજી કરી વાપરવું. (ગોરસ = કાચું દૂધ - દહીં - છાશ)

● મેથી નાંખેલા અથાણા સાથે કાચા ગોરસ ન
ખવાય.

● કઢી :— છાશને બરાબર ઉકાળ્યા પછી ચણતો
આટો લેખવીને કરાય.

● દહીંવડાં વગેરે કાચા ગોરસમાં કર્યાં હોય, તે
તે અલક્ષ્ય છે. પરંતુ જો ઉકાળેલ ગરમ ગોરસમાં કર્યાં
હોય તો તે લક્ષ્ય છે.

રાઈતાં પણ ગોરસ ઉકાળીને બનાવવાં જોઈએ, કેમકે
બીજી વિદળ ચીજ સાથે ખાવાનો પ્રસંગ આવે તો પણ
હરકત આવે નહિ.

રોટલા - રોટલી - પૂરી સાથે કાચું ગોરસ ખાવું
હોય, તો વિદળવાળી વસ્તુનો સ્પર્શ દૂર રાખવો. અને
વિદળવાળી ચીજ ખાવી હોય, તો ગોરસનો સ્પર્શ દૂર
રાખવો. કેટલાક લોકો ગરમ કરવાનો અર્થ, માત્ર ગરમીની
અસર થવા દેવી અને ઠંડક ચાલી જાય 'એટલો જ કરી લેમે
છે. પરંતુ તે ખોટો છે. એથી વિદળનો દોષ લાગે છે. એમ

કરવાનું કારણ એ જણાય છે કે છાસ દહીંને વધુ ગરમ કરવાથી ફાટી જાય એટલે તેમ થતું અટકાવવા માત્ર સહેજ આંચ લાગવા દે છે, પરંતુ પાકું મીઠું અથવા બાજરીનો આટો નાખી હલાવીને સારી રીતે ઉકાળવાથી છાસ ફાટી જાય નહિ. માટે સારી રીતે ઉકાળવું એક જો, પરંતુ લગભગ ગરમ થતું તેને ઉકાળેલું ગોરસ ઠંડેવાય નહિ, યાત્રોમાં 'ઉકાળેલું ગોરસ' એમ પાક છે.

‘અગ્નિ વડે ઉકાળેલ અતિ ઉષ્ણ ગોરસ-છાસ, દહીં દૂધ આદિમાં દ્વિદળ-કઠોળ પદાર્થો વિદલનો જે રોષ છે, તે લાગે નથી.’ આજકાલ અજ્ઞાનથી કે ઉતાવળથી ઉપયોગ રખાતો નથી તે મુધારો માગે છે. વિધિ અનુસાર ગોરસને ઉકાળ્યા પછી જ ચણનો લોટ, મેથી, પ્રમુખ વિદળ મેળવાય તો રોષ ન લાગે. આમાં જીવોની રક્ષા એ મુખ્ય હેતુ છે. સ્વાદ એ જીભ છે સ્વાદની ખાતર ભરાબર ગોરસ ગરમ ન થાય તો અભવ્યનો રોષ લાગે છે.

ખાણ લોકોનાનો આયો :-આયો કરે છે, તે માટે પણ ઉપર મુજબ છાસ ગરમ કરવી એક જો. રરજન દુદ્ધંબ, અન્ન દર્શનીવના નાત જમણવાર વએરે ઠંડાસે જમવા જતાં વિદલ માટે ભરાબર ઉપયોગ રાખવો એક જો. નહિતર સહજમાં રોષ લાગી જવાનો સંભવ છે.

કેવલી જગરતોએ કેવલજ્ઞાનથી વિદળ અને ગોરસના જીવો લેખે છે એમ એક જોને ક્યન કહ્યું છે. ઉત્તર ન થાય અને ઉત્તર ન થાયેલા રોષ તે

આપણાથી મરે નહિ માટે કાચાં ગોરસ સાથે વિદળનો ત્યાગ કરવાનો છે.

શ્રી શ્રાદ્ધવૃત્તિ તથા સંબોધ પ્રકરણમાં કહ્યું છે કે :-
સર્વ દેશમાં અને સર્વકાળમાં કાચાં ગોરસથી યુક્ત સઘળાં
ઠઠાણમાં અતિસૂક્ષ્મ પંચેન્દ્રિય છવે તથા નિગોદ (અનંત-
કાય)ના છવે ઉત્પન્ન થાય છે.

મહાભારતમાં પણ કહ્યું છે કે :- ‘કાચા ગોરસને
અરદમાં તથા મગ વગેરેમાં ભોજન કરવું તે હે યુધિષ્ઠિર !
તે નિશ્ચયે માંસ બરાબર છે.

રસોઈ કરનારે તથા ભોજન જમનારે આ વિદળમાં
અભદ્ય ન થાય, તથા સાસુદાયિક ભોજનમાં જમનારાએને
આ દોષ ન લાગે તેની પૂરી કાળજી રાખવી જરૂરી છે.

શીખંડના ભોજન સાથે મગની દાળ, અણાના લોટની
ઠઠી, પતરવેલિયા, બજ્યાં, મેથીના સંભારનું અથાણું
ઠઠાણનું લીણું કે સુકુ શાક વગેરે સાથે રખાય નહીં....
(ઠઠીમાં ચાખાના લોટ નાંખવાથી વિદળ થતું નથી.)

કાચું રાયનું-છાશ-દહીં લેવાં હોય તો દાળ-ઠઠીની
વાટરીમાં કે ભોજનની ઢાળીમાં ન લેવાં, પરંતુ કાચ-
સુખનં શુદ્ધિ કરીને ગુદા ભોજનમાં લેવાં.

(૧૮) પેંગણુ : રીંગણા-અભદ્ય

સર્વ જાતનાં રીંગણાં અભદ્ય છે. તેમાં બીજો બહુ
મંજ્યામાં રાખ છે. તેની ટોપીમાં સૂક્ષ્મ વ્રસ છવે દોષ
છે. વડી જે આવર્થ નિદ્રા વધે છે. અનિનિદ્રારી તથા
નિદ્રાવર્ધક પચિત્તમાં ઉપયોગવાવળા છે. પિત્તદિકે રોગ પચ



કરે છે. શીંગળાની મુલાવણી કરીને પણ ખાવાનો નિરેધ છે. તેનો આકાર પણ સારો નથી. નામ પણ ઠીક નથી. હવેને પિટ્ટું બનાવે છે. કરના રાગને કરે છે. આંધ્ર ખાનારને ચાર-ચાર રિવમે તાવ તથા કાચ રોચ મુશળ બને છે, પુરાણ જગેરમાં પણ શીંગળાનો, અને મૂળનો નિરેધ કરેલ છે.

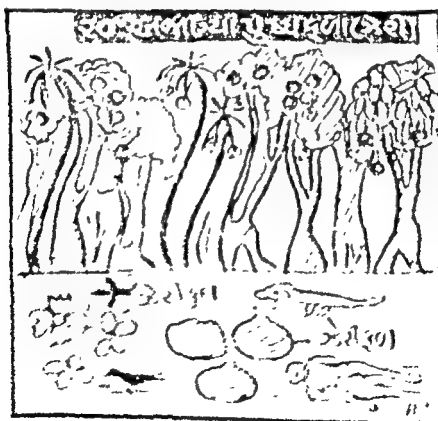
(૧) શિવ-પુરાણમાં કહ્યું છે કે :- જે જોગદમાં મૂળને પાકે છે તે થર સ્વચ્છાન દુષ્ટ બળવું. (૨) સોંકરે: ચાંદ્રાચળ તથા નિમ્બજ બલ છે. (૩) મારવ-કમળે પરમદાતાનું વિરમણ થાય છે. (૪) આપા અવલક ૧૮.૫૦૦

સોજન ઝેર-માંસ તુલ્ય છે. (૫) પરિણામે શુદ્ધિ બગડતાં નરકગતિનું આયુષ્ય બંધાય છે. ત્યાં અપરંપાર વેદના પરાધીનપણે લોગવવી પડે છે.

જે કર્મરૂપી રોગનું ઉન્મૂલન કરવા માટે ત્રિકાલ-જ્ઞાનીઓએ આ અભક્ષ્ય વસ્તુઓનો ત્યાગ કરવાનો કહ્યો છે. ત્યારે આપણે તેનો અનાદર કરી કર્મરૂપી રોગની વૃદ્ધિ કરવા માટે રીંગણાં પ્રમુખ વાપરી ભવભ્રમણ વિશેષ વહોરી લઈએ છીએ. અફસોસ છે, કે આપણા રોગનું તેથી નિવારણ થવાને બદલે ખરેખર તેને પુષ્ટિ મળે છે.

ભણ્યો ! જ્ઞાનચક્ષુથી જરા વિલોકન કરો અને વિવેક પૂર્વક અભક્ષ્યનો ત્યાગ કરો જેથી આપણે કર્મરૂપી રોગનું વિહારણ કરી અમર પદવી વેગે લઈએ.

(૨૦) અજાણ્યા પુષ્પ-ફળ : અભક્ષ્ય



જેતું નામ જાતિ કે ગુણ-દોષ કોઈ ન જણતું હોય, તથા ખાવામાં અગ્નિસિદ્ધ હોય તેવાં ફળ કે ફૂલ અમલ્ય છે. તેના ગુણદોષની આપણને ખબર નથી હોતી, કદાચ વિવરણ હોય તો આત્મઘાત થાય, તે માટે તેનો ત્યાગ કરવો: મુજિમુજા છે. વંકચૂલ (રાજકુમાર)ને દિતરવી મહાન ઉપકારી ગુરુમહારાજાએ અમલ્યતા ફળત્યાગનો નિયમ કરાવ્યો હતો. જે તેણે અતિ છુપા લાજવા છતાં પણ દૃઢપણે પાળવાથી તેના પ્રાણ બચ્યા હતા અને તેની સાથેના બીજા ચોરો અમલ્યતાં ફળ ખાવાથી વિપને વશ થઈ મરણ પામ્યા હતા, તેની કથા આ પ્રમાણે :-

જંગલમાં ધાડપાડુઓની દુકળીના અગ્નિની બનેલા વંકચૂલે મારે વરસાદથી ઠેરઠેર પાણી-કાદવ-વનસ્પતિ-લીલ ધત્તાં હવાતું સૂક્ષ્મ પાણન કરનારા જૈનમુનિઓને ચાતુર્માસ માટે રહેવાનો આશ્રય આપ્યો....અને બનતી સેવા કરી. શોમાસા બાદ રસ્તા સ્વચ્છ ધત્તાં મુનિઓએ વિહાર કર્યો.... અને વંકચૂલને છુંદર જોષ આપ્યો કે જોકે નાતું કે મોટું પાપનું આવરણ, ઉચ્ચાર કે વિચાર જીવને કમના કંડથી મહાદુઃખની સભ્ય કરે છું માટે તેનો જેટલો ત્યાગ બને તે દુઃખથી મુક્ત થવાનો રસ્તો છે. વંકચૂલ પાણી ચક્રાય તેવા નિયમ લેવા માટે હાસાદી બ-યો. આથી મુનિ-મહારાજે વંકચૂલનું જીવન સુધારવા માટે ચાર નિયમ આપેલ. તે આ મુજબ :- (૧) અમલ્યતાં ફળ ખાવાં નહિ. (૨) કોઈના પર ધા કરતાં પહેલાં સાત ઢગલાં પાછા ફરી જવું. (૩) રાજાની સ્ત્રી સાથે પ્રીત કરવી નહિ. (૪) કાગ-કાતું માંસ ખાવું નહિ.

આ પ્રમાણે નિયમ લીધેલ. ત્યારબાદ એક વખત વંકચૂલ પોતાની ટોળી સાથે ચોરી કરવા નીકળ્યો. મોટા સાર્થમાં જળ્ળર ભંગાણ પાડ્યું. ધનમાલ લૂંટી લીધા. અઢળક સંપત્તિ હાથ કરી વંકચૂલ અને ખીજ ચોરો પલાયન થઈ ગયા. બધા જ એક મોટા જંગલમાં આવ્યા. તે વખતે દરેકને ભૂખ લાગેલી. ચારે બાજુ આહારની શોધમાં ફરી આવ્યા. એક ઝાડ પર સુંદર ફળ જોઈ બધા ત્યાં તૂટી પડ્યા અને ફળો લઈને વંકચૂલ આગળ લાવ્યા.

વંકચૂલને ખાવા માટે વિનંતી કરી. વંકચૂલે કહ્યું, ભાઈ તમે આ ફળને ઓળખો છો ? સાથીઓએ કહ્યું, ના અમે આ ફળના કાંઈ જ ગુણદોષ જાણતાં નથી. વંકચૂલે કહ્યું, મારે અનલ્પયા ફળ ન ખાવાનો નિયમ છે.

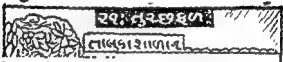
ત્યારબાદ સાથીદાર ચોરોએ તો પેટ ભરીને ફળો ખાધાં પણ પરિણામ શું આવ્યું, ખબર છે ?

થોડી જ ક્ષણો વીતતાં જ દશ્ય પલટાઈ ગયું ! ફળ ખાનાર બધા જ ચોરો ભૂમિ પર ઢળી પડ્યા. આંખો ઢિંદરી ગઈ...શ્વાસ બિલકુલ બંધ થઈ ગયો.

બચ્ચો! એકલો વંકચૂલ. આ ક્યાં ફળ હતું તે જાણે છે ? દિંપાદ વૃક્ષનાં ઝેરી ફળ હતાં. વહાલાં બાળકો, જોયું ને ? નિયમનો અમલકાર ! જો આ ફળ વંકચૂલે ખાધું હોત તો બચી જત ? ન બચત. અમલકારના ત્યાગને. મરિમ. અપાર છે. અત્મની રક્ષા થઈ અને દિત્તરેતર નિયમના પાલનથી જીવન સુધરી ગયું, અને છેવટે નિયમની અમલનામાં વંકચૂલ ૧૨માં દેવલોકે ગયો.

સો જાઓ ! આવા પરમકૃપાળુ અને કૈવળ નિઃસ્વાર્થી
 તીર્થંકર મહારાજ તથા ગુરુમહારાજનો અનંતા દુઃખમાંથી
 શીઘ્ર મુક્ત કરવાનો ઉપદેશ પૂર્વપુણ્યના ઉદયે જે પાત્રવા
 હોએ, તે ફરી મળવો દુર્લભ છે. પુણ્યરૂપી મૂડીનું વ્યાજ
 ખવાઈ મથા પછી મૂડી પણ ખાવા લાગીએ, અને જે તે
 સુષળી ખાઈ જઈશું તો પરભવે મુખ-મંપટા કચાથી
 પામીશું ! માટે જ અનંતગુણોના ધારક સર્વજ્ઞ ભગવંતની
 ઉત્તમ શીખામણ માનો, અને તેનું આચરણ કરવા વીર્ય-
 વલાસ ફેરવો ! જેથી સ્વયમેવ મોક્ષમાળા કંઠને પિરે
 આશીર્વિત થાય.

(૨૧) લુચ્છકૃત્ત : અલક્ષ્ય



વગેરે એક રાત્રિ વ્યતીત થયા પછી વાસી ગણાય છે. તેમાં પાણીનો અંશ હોવાના કારણે રક્ષજ લાગ્યા બેઠન્દ્રિય જીવો ઉત્પન્ન થઈ જાય છે, તે ખાવાથી ત્રસ જીવોની હિંસા અને આરોગ્યને નુકસાન થાય છે. આથી વાસી થાય તેવી વસ્તુ રાખી મૂકાય નહીં, અને ખવાય નહીં.

ખીજ દિવસે વાસી ચીજો ફૂતરા-ગાયને કે ગરીબને આપતાં ત્રસ જીવોની હિંસા થાય છે. આ દોષ મોટો છે. તેનો દંડ લાગે છે.

ઠાળ વીતી ગયેલ મીઠાઈ, જે રાત્રિ ઓળંગી ગયેલ દહીં, છાસ, તથા દહીં-છાસમાં બનાવેલ વડાં-થેપલાં ખીજ રાત પછી અભક્ષ્ય બને છે.

અભક્ષ્ય દહીં અને વિષના પ્રસંગ ઉપર જૈન ધર્મની શ્રદ્ધા પામનાર ધનપાલ પંડિત

ધનપાલના ભાઈ શોભને પિતાના વચનને સફળ કરવા જૈનધર્મની દીક્ષા લીધી....ધનપાલને દુઃખ થયું. શોભન મુનિએ ગુરુમહારાજના વિનય-બહુમાન-ભક્તિથી ટૂંકા સમયમાં જિન-સ્તુતિરૂપ શોભનસ્તુતિ ગ્રંથની રચના કરી. ઉત્તરોત્તર તેઓ જ્ઞાનાભ્યાસમાં ઘણા આગળ વધી ગયા....અને સમર્થ જ્ઞાની થયા.

જ્યારે ધનપાલ ધારણગરીના રાજા ભોજના માન્ય પંડિત થયો....ધનપાલને જૈન સાધુ પ્રત્યે દ્વેષ હોવાથી તે નગરમાં સાધુ-મુનિરાજેનું આવાગમન ધરી ગયું.

શુરુ આજ્ઞા પામીને ચોભનમુનિ ધનપાલને સત્યનો પ્રકાશ અને તત્ત્વની શ્રદ્ધા પમાડવા ધારાનગરી પધાર્યા. ધનપાલનો યોગાનુયોગ ગામના પાદરમાં બેટો થયો, પરસ્પર વાતચીત થતાં ધનપાલને મુનિની વિદ્વત્તા ઉપર આદર જાગ્યો, અને રહેવાનું સ્થાન આપ્યું.

ભિક્ષાનો સમય થતાં ધનપાલને ત્યાં બે સાધુઓ ગોચરીએ ગયા....ધર્મલાભ કહ્યો ... અતિથિને આંગણે આવેલા જોઈને ગોરાણી ઘરખમાં આવી ગયાં. દહીંના પાત્રમાંથી દહીં વહેરાવવા લાગ્યાં. ત્યાં તો મુનિશ્રીએ પૂછ્યું. આ દહીં કેટલા દિવસનું છે? ગોરાણીએ ઉત્તર, આપ્યો, ‘ત્રણ દિવસનું છે.’ ‘એ અમને નહીં ખપે.’ એમ મુનિએ કહ્યું. ત્યાં તો ધનપાલે કહ્યું, શું મહારાજ આમાં છવડાં પડી ગયાં છે? હા, મુનિ નિડરપણે બોલ્યા. ધનપાલે કહ્યું.. તો જતાવો મહારાજ! કયા છવડા છે? મુનિએ ઉપાય દેખાડ્યો.

છવડાં જોવાં માટે ધનપાલે દહીંમાં અજતાનું વૃક્ષ નાંખ્યું કે તરત જ ખડખડ કરતા કીડાઓ જોવા, અને મુનિના વચન ઉપર વિશ્વાસ બેઠો, અને અહોભાવ જાગ્યો કે જૈન મુનિની કેટલી સૂક્ષ્મ દષ્ટિ અને જ્ઞાનપાન અંગે કેટલી છવરણાની કાળજી! ૫૫—

ગોરાણી ઘરમાંથી તાજા લાડવાનો ચાણ લાગ્યાં... ત્યાં તો મુનિશ્રીએ કહ્યું કે આ લાડુ પણ અમને કદપે એવા નથી. ગોરાણી તો ધનપાલ સામે જોઈ રહ્યાં! લાડવા જાણી આંગળી ચીંધતાં ધનપાલ બોલ્યાં, શું

મહારાજ લાડવામાં ઝેર છે ? હા, એમાં ઝેરનું અનુમાન થાય છે, તે સત્ય હોવું જોઈએ.

ધનપાલે રસોઈયાને કડક રીતે પૂછતાં સાચી વાતની જાણ થઈ, કે કોઈ દુશ્મને રસોઈયાને ફેાડયો હતો અને મારી નાંખવા ઝેર નાંખાવેલું હતું.

આથી ધનપાલ ગુરુમહારાજના ચરણમાં પડયો અને ગદ્ગદ સ્વરે બોલ્યો... હે મહારાજ ! આપે તો મને નવું જીવન આપ્યું છે. આપનો ઉપકાર માનું તેટલો ઓછો છે. આપ જો ન પધાર્યા હોત તો મારું અને કુટુંબનું મોત થાત. હવે પ્રશ્ન થાય છે કે આપશ્રી અહીંના તદ્દન અજાણ્યા છતાં ઝેરને કેવી રીતે જાણ્યું. મુનિ બોલ્યા,

‘દૃષ્ટ્વા અન્નં સર્વિયં ચક્રોરવિહગો ઘનં વિરાગં દ્વયો’

ઝેરવાળું અન્ન જોઈ ને ચક્રોર પક્ષી નેત્રને બંધ કરે છે, એ રીતના ચક્રોર પક્ષીને જોઈ ને અમે ઝેરનું જાણ્યું.

ધનપાલ બોલ્યા... આપને જોઈને મારા નાના ભાઈ શોભન યાદ આવે છે. સાથેના નાના મુનિ બોલ્યા, આ જ તમારા બંધુ મહાજ્ઞાની બનેલા શોભનમુનિ છે.

ધનપાલને ખૂબ જ સદ્ભાવ થયો અને મુનિશ્રી પાસેથી જે શાસ્ત્રનના અપૂર્વ તત્ત્વજ્ઞાનનો પ્રકાશ મેળવતાં મિથ્યાત્વનો અંધકાર દૂર થયો... અને જૈન ધર્મની દૃઢ શ્રદ્ધા થઈ. જૈનશ્રદ્ધાને રાજા બોજ પવ્વ ચલાયમાન ન કરી શક્યા. જૈનધર્મની તેજસ્વી કૃતિઓની સાંસ્કૃતમાં અદ્ભુત રચના કરી, જેમાં તિલકમંજરી... કવલપંચાશિકા વગેરે છે. ધનપાલ પાંડિતે જૈનધર્મની ઉપાસના અને પ્રભાવના કરી જીવનને અર્થ કવું. આ છે અમર્યના જ્ઞાનનો અમરકર !

મીઠાઈ-ખાખરા-હોટ વગેરેનો કાળ :- (૧) અવાડ સુ. ૧૫ થી કારતક સુદ ૧૪ સુધી. વર્ષાકાળમાં ૧૫ દિવસ (૨) કારતક સુદ ૧૫ થી કાગણ સુદ ૧૪ થી સુધી શિયાળામાં ૩૦ દિવસ, (૩) કાગણ સુદ ૧૫ થી અવાડ સુદ ૧૪ સુધી ઉનાળામાં ૨૦ દિવસ સુધી બનાવેલી મીઠાઈ રૂપ-રસ-સ્વાદાદિ ફેરફાર ન થાય ત્યાં સુધી બહુ. સમય વીતી ગયા બાદ તથા વચગાળામાં બેસ્વાદ થયે અબહુ જલ્દી ત્યાગ કરવો.

● કેરી અને શામળ આદ્રાં નક્કર બેસી ગયા પછી અબહુ છે.

● ખજૂર-ખારેક વિ. મુઠો મેવો અને સર્વ બાણ-તાંદળજો, મેથી, કાચમીર પત્તરવેલિયાના પાન વગેરે કાગણ સુદ ૧૪ થી કારતક સુદ ૧૪ સુધી ૮ માસ અબહુ છે. બાકીનો સર્વ મેવો અવાડ સુદ ૧૫ થી કા. સુ. ૧૪ સુધી અબહુ છે.

● માવો :- દૂધનો માવો જે દિવસે કચેા હોય તે જ દિવસે બહુ, રાત્રિએ અબહુ. તે માવાને ઘીમાં તળીને સેકીને રાખેલો હોય તે બહુ, અન્યથા સ્વાદે વાસી બનેલ માવો અબહુ બને છે. બબરુ' અબહુ માવામાંથી બનાવેલ મીઠાઈ એ ત્યાગ કરવી. માવામાં ખાંડ લેજવીને કરેલ પેંડા બીજા દિવસે અબહુ જાણવા. એમાં ફૂગ નિગોદના છોડો ઉત્પન્ન થાય છે, તે અનંતકાય છે. તમામ ફૂગવાળી, બે-સ્વાદવાળી કેઈ પણ મીઠાઈ અબહુ જાણવી.

❶ ધારી-ગુલાબજાંબુ વગેરેમાં માવો વાસી હોય અને ચાસણી કાચી હોય તો અલક્ષ્ય.

❷ કેરી-આમળાં વગેરેના મુરખા પણ ચાસણી બરોબર ન હોય તો અલક્ષ્ય થાય છે, ફૂગ વળે છે.

❸ દૂધપાક-ખાસુંદી-ખીર-શીખંડ-દૂધની મલાઈ બને તે જ દિવસે લક્ષ્ય, ખીજે દિવસે વાસી થાય છે તેથી અલક્ષ્ય.

❹ ચટણી બતાવતાં પાણી કે દાળિયા-મેથી વગેરે કાંઈ અનાજ નાંખ્યું ન હોય તો ત્રણ દિવસ પછી અલક્ષ્ય. પાણી, મેથી, સંભાર-દાળિયા વગેરે નાંખેલ ચટણી ખીજે દિવસે વાસી થવાથી અલક્ષ્ય.

❺ જલેખી-આથો રાત્રે કહોવડાવવાથી તેમાં ત્રસ થયો ઉપજે છે, તેથી બનેલ બજારું જલેખી અલક્ષ્ય છે.

❻ લીલા-સૂકા દલયો :-જેમાં ૨-૩ દિવસ લોટને સગવીને બનાવાય છે. સરેલા લોટમાં ત્રસ જંતુઓ ઉત્પન્ન થાય છે, તેથી અલક્ષ્ય.

❼ રોકેલો પાપડ ખીજે દિવસે વાસી ગણાય, તળેલો પાપડ ખીજે દિવસે ચાલે.

❽ લાઠી તજ્યા વિનાના સુરમાના બીજા દિવસે વાસી, તેમજ તળેલા સુરમાના મૂડિયા અંદરથી કાચાં હોય તેથી ખીજે દિવસે અલક્ષ્ય બને છે. રોકેલું સુરમું ચાલી ગયું.

❾ મેકેટાં ધન્ય-ચણ, મમરા, ખાણી વગેરેના દા.પ. મીઠાઈ જંદા. સમજવું.

૮. શીખડેના ભોજન સાથે કઈ કઈ વસ્તુ ન ખવાય.
૯. રીંગણાની અભક્ષ્યતા અને વૃક્ષાન લખો.
૧૦. અમ્બુયા ફળ શા માટે અભક્ષ્ય ? થું વૃક્ષાન ?
૧૧. પુરુષફળ કેને કહેવાય ? તેથી થું વૃક્ષાન ?
૧૨. ચલિતરસ ક્યારે બને ? તેની ઓળખ કઈ રીતે ?
૧૩. મીઠાઈ, ખાખરા ઋતુ-અનુસાર કેટલા દિવસ ચાલે ?
૧૪. મેવો-માવો-કેરી-ચટણી-ક્યારે અભક્ષ્ય ગણાય ?
૧૫. જલેબી-હલવો-પાઉં-બિસ્કીટ શાથી અભક્ષ્ય ?
૧૬. બાવીસ અભક્ષ્યમાં કઈ કઈ ઇન્દ્રિયના જીવોની હિંસા ?
૧૭. અભક્ષ્યના ત્યાગથી થું થું લાભો થાય ?

અભક્ષ્ય ખાન-પાન વગેરે મહાપાપના યોગે
અપરંપાર વેદનાવાળી દુઃખદાયી નરક ગતિ

દેવ, મનુષ્ય, તિર્યંચ અને નરક એ ચાર ગતિ છે.
એમાં નરકગતિમાં રહેલા જીવોને શારીરિક કષ્ટ સૂદૃથી
વધારે અને સતત હોય છે. અતિપાપી, મદ્યાદિસંક, કૂર
પરિગ્રામવાળા, દેરભાવના તીવ્ર વિચારવાળા, અનાચારીઓ,
માંસભક્ષણ કરનારા, મદિરાપાન કરનારા, અભક્ષ્ય ખાન-
પાન કરનારા, પરચી સેવન, મદ્યાચારંગ, મદ્યાપરિવ્રજ,
કર્મહીનતા ધર્મ, પૈન્દ્રિય જીવને વધ, ધર્મની અવગણના,
ધર્મની નાશ વગેરે મદ્યાપાપ કરનારા અને ગમે તેટલાં
પાપો કરીને, મદ્યાત્મક નદિ કરનારા જોયઃ નિપુર મનુષ્યો
અને મનુષ્યો પિતાના તેવાં તીવ્ર પાપકર્મોનાં ફળો ભોગવવા
માટે, નરકગતિમાં જાય, અને ત્યાં પશુકાય, સૂચી સગવ
કરે. આમુખ્ય કરે છે. એનું વર્ણન મુજબ :-

આ દશ પ્રકારની ક્ષેત્ર વેદનામાં—(૧) પહેલી ભૂખની વેદના એટલી સખત હોય છે કે એક જ નારકીય જીવ, આખી દુનિયાના બધા અનાજ, ફળ, ફૂલ, મીઠાઈ વગેરે ખાવાલાયક બધી ચીજો ખાઈ જાય તો પણ ભૂખ શાંત થાય નહીં, પણ વધતી જ જાય. એમને વૈકિય શરીર હોવાથી મનુષ્ય કે પશુની માફક આહાર લેવાનો હોય નહિ, અને ગમે તેટલી તીવ્ર આકાંક્ષા હોય તો પણ મળે નહિ. આવી અતિ-સખત ભૂખમાં ભડભડતા, પોકાર કરતા પોતાના ઘણા મોટા આયુષ્યને પૂરા કરે.

જેમ ભૂખની સખતમાં સખત પીડા નરકના જીવો કાયમ અનુભવે છે તેમ (૨) તરસની વેદના અતિશય ભોગવે છે. દુનિયાભરના સર્વ ફૂવા, વાવ, તળાવ, સરોવર, નદીઓ, ટ્રાહો, કુંડો અને સમુદ્રોના પાણી એક નારકી જીવ પી જાય તો પણ એની તરસ છીંચે નહિ, એવી તરસની અપરિમિત વેદના કાયમ અનુભવે. કંઠ, તાળુ, જીભ અને હોઠ કાયમ સુકાયા કરે. તીવ્ર અશુભ કર્મથી બંધાયેલા દુઃખનો પ્રતિકાર કરવા ધારે તો પાણી કરી શકે નહિ. દુઃખ ટાળવા જાય તેમ તેમ દુઃખ વધતું જાય.

(૩) શીત-વેદના પણ એટલી ભરદાર ભોગવે કે અહીંના માનવના ભવમાં, શરદીની પ્રવૃત્તિવાળો હોય, દમ, ખાંસી, આદિની પીડા કાયમ અનુભવેના હોય, જરા હાંડો પવન આવે તે સહન કરી શકે ન હોય એવા અત્યુષ્ણ પાણી કે અત્યુષ્ણ શીતજનતાવાળી રસિકા, ઘણી દાદ વાતી હોય, આદે તરફથી શીતજ

તો પણ એ પીડા મટે નહિ. ચાકુ, છરી, તલવાર કે એવાં અતિ-તીક્ષ્ણ હથિયારો વડે, શરીરને છોલી નાખવા જેવું કરે તો પણ એને ખણ્ણની પીડા ટળે નહિ.

❶ (૮) પરવશતા પણ એટલી જ હોય. કોઈપણ અવસ્થામાં એને સ્વાધીનતા જેવી વસ્તુનો અનુભવ ન થાય, સદા પરાધીન દશામાં જીવન પસાર કરે.

❷ (૯) ભય ઘણો રહ્યા કરે. આમથી કષ્ટ આવશે, કે આ બાબુથી, એવી ચિંતા અહોનિશ રહ્યા કરે. સદા ત્રાસ, નિર્ભયતા, ગભરામણ, મુંઝવણમાં જ રહે.

કોઈ પણ જાતની શારીરિક, માનસિક શાંતિનો લેશમાત્ર અનુભવ થાય નહીં. વિભાંગજ્ઞાનથી આગામી દુઃખ જાણી સતત ભયાકુલ રહે છે.

❸ (૧૦) શોકની પીડા પણ પાર વગરની. ચીસો નાખવી, ઠરણ ઠંદન કરવું, ઘણા ગમગીન રહેવું, વગેરે દુઃખદ સ્થિતિઓમાં જ સંપૂર્ણ જીવન પસાર થાય.

૧૫ પરમાધામી કૃત વેદના

❹ પહેલા અંખ જાતિના પરમાધામી અસુરદેવો, પોતાના સ્થાનમાંથી નીકળીને, રમત કરતા કરતા, નરકના સ્થાનોમાં આવે છે. ત્યાં ચીસો નાખનાર, કોઈના પણ શરણ વિનાના, નારકીના જીવેને ભાણા, ત્રિશુળ આદિ શસ્ત્રોની અણીઓ ભોંકતા, કૃતરાઓની જેમ આમથી તેમ દોડાવે છે, ઘાંચીના બળદને જોરથી દેરવે તેમ ચક્રર ચક્રર ભમડે છે, આકાશમાં જાંચે ઉછાયે છે, નીચે પડે ત્યાં, ભાણા, શૂર વગેરે અણીદાર હથિયારોની અણી

વગરના, નિશ્ચેષ્ટ અવસ્થાવાળા કરી નાખે છે. એ રીતે પડયા પછી તલવાર, કાપણી આદિ હથિયારોથી ટુકડે ટુકડા કરે છે.

કેળાને, ચીલડાને, તરણુચને અથવા તેવા બીજા કોઈ ક્ષણે ચીરીને બે ફાડ કરી નાંખે, તેવી રીતે મહાપાપનાં ક્ષણ ભોગવવા માટે નરકમાં ગયેલા તે નારકી જીવોના શરીરોની બે ફાડ, તે અંખરીય નામના પરમ નિર્દય અસુર દેવો કરે છે. જેટલું વધારે દુઃખ થાય, જેટલી વધારે ચીસો નાખે એવી અવસ્થા કરતા એ કૂર અસુરો બહુ ખુશી થાય છે.

હિ ત્રીજા સ્થાન જાતિના પરમાધામી દેવો, તીવ્ર આશાતા વેદનીયના ઉદયને ભોગવવા ગયેલ તે નારકી જીવોને, તેમના શરીરના અવયવોને છેદીને, ઘાણું કપ આપે છે. નારકીના જીવો વજની ભીંતોમાં ગોખલા જેવા નિષ્કુટોમાં ઉત્પન્ન થતી વેળાએ આંગલના અસંખ્યાતમાં ભાગ જેવડું શરીર હોય, અને અંતર્મુદ્દર્તમાં એટલે બે ઘડીની અંદર એમનું જેવડું શરીર તે ભવમાં થવાનું હોય તેવડું થઈ જાય. ઓછામાં ઓછું ત્રણ સાથનું અને વધુમાં વધુ સવા એકત્રીસ સાથનું પહેલી નારકીના જીવોનું શરીર થાય. નીચેની પૃથ્વીઓમાં, શરીર અનુક્રમે બમણું બમણું હોય. છેવટ સાતમી નારકીના જીવોને મેઠામાં મેઠું શરીર પાંચસો ધનુષ્યનું એટલે બે હજાર સાથનું હોય. એવડું શરીર જ્યાં સુધી જીવન હોય, ત્યાં સુધી રહે. ઉત્પન્ન થવાનું સ્થાન નાનું હોય, અને



અલક્ષ્ય ખાન-યાનનાં મહાપાપો કરીને, અહીં એનાં કરતાં લાખો ગણી, કરોડો ગણી કે અસંખ્ય ગણી વેદના ભોગવે છે.

● ચોથા સખલ જાતિના નરક-પાલ પરમાધામી અસુર દેવો, કુતૂહલને વશ થઈ, કીડા નિમિત્તે, નારકી જીવોને એવી રીતે સતાવે છે કે, અણીદાર ધગધગતાં હથિયારો લઈ તેમની છાતી અને પેટમાં ઘોંચી દે છે, તીક્ષ્ણ હથિયારો વડે શરીરના ટુકડે ટુકડા કરી નાખે છે, આમડી ઉજરડી નાખે છે, કાળજીને ચારે બાજુથી ખેંચા-ખેંચ કરીને રડવડાવે છે.

● પાંચમા રૌદ્ર નામના અસુરો, અતિ-રૌદ્ર મહાભયાનક રૂપને ધારણ કરીને, નારકીના જીવોને, તલવાર, ભાલા, છરી, ખરછીઓ, શરીરમાં ભોંકી દે છે, અને અતિશય દુઃખ ઉત્પન્ન કરે છે.

● છઠ્ઠા ઉપરુદ્ર નામના નરક-પાલ અસુર પરમાધામી દેવો, નારકી જીવોના હાથ, પગ, સાથળ, મસ્તક વગેરે પકડીને, મરડીને તોડી નાખે છે. અંગ-ઉપાંગને ખેંચીને છૂટા કરે છે. દુઃખનો પોકાર કોઈ સાંભળનાર નો મળે નહિ, પગ્ગુ જેની આગળ દુઃખ કહે તે વધુ દુઃખ અપનાર! થાય. દાસ્ય, અભિમાન અને ઉન્માદને લઈને બાંધવા દેખોના આવા દાડ્ડા વિપાક નારકીના જીવો અનુભવે છે.

● સાતમા કોલ જાતિના પરમાધામીઓ નારકીના

કર્યા વિના હિંસા, લૂંટ, ચોરી, વિશ્વાસઘાત, વિષયસેવન અને અનાચારીપણું વગેરે જેવા અતિલોભથી ઘણા આરંભ વગેરે મહાપાપના કાર્યો કર્યા હોવાથી, એવાં દુષ્ટ કાર્યતાં ક્રોધો ભોગવવા આ સ્થાનમાં ઉત્પન્ન થયેલા હોવાથી, એમનું પણ ત્યાં કોઈ સાંભળે એવું મળતું નથી. ગારે આજુથી ભય, ત્રાસ, ઉપદ્રવનો પાર નહિ.

૬ તેરમા વૈતરણી નામના પરમાધામી દેવો, વૈતરણી નદી બનાવે; તેમાં ઉતું, કળકળતું, અતિક્ષારવાળું; તેજળ જેવું, અડતાં જ દાઝી જવાય એવું પાણી ભર્યું હોય, અતિ ભય પેદા કરે, તેવા લોહી, પરુ, વાળ હાડકાં વગેરે ભર્યાં હોય, એવી ભયંકર નદીમાં તણાતા મૂકે છે. પરવશ બનેલા નારકી જીવો ક્યાં જાય ? જે પ્રમાણે એ દુઃખ આપે, તે સહન કર્યા સિવાય તેમનો છૂટકો થતો નથી. સ્વાધીનતાના સમયે સ્વચ્છંદતાપૂર્વક વર્ત્યા હોય, પોતાનાથી ઓછી શક્તિવાળા જીવો પર જીલ્મ વરસાવ્યો હોય, કોઈને અવળા રસ્તા બતાવ્યા હોય, કોઈને નુકસાનનાં કામોમાં ઉતારીને ખુશી થયા હોય, ખીલ્લો પર ત્રાસ વર્તાવતાં ખૂબ આનંદ માન્યો હોય, અને પાપના વિચારના અને આચારના પ્રવાહમાં ખૂબ રાગ્યા હોય, તેમને આવા વૈતરણીના પ્રવાહમાં તણાવું પડે. કોઈ શસ્ત્રું આપનાર ન મળે, ગાદ પીડાઓ ભોગવે.

૭, ચૌદમા ખરસ્વર જાતિના પરમાધામી અસુદો ઘણાં કંઠેર અવાજ કરનાર હોય. એવા ભયંકર અવાજ કરે કે નારકીના જીવોને ભયમાં અનેકગણો વધારો થાય, જાગના નારકી જીવોને જોરથી પકડી રાખી, જે આનસામાં

હિમા રહી વચ્ચે એને ઊભો રાખે, અને મોટા લાકડાને કસવતિયાની જેમ વેરે, તેમ કરવત મૂકીને સામસામા ખેંચતા એના શરીરના બે ભાગ કરી નાખે, તેમજ સુતાર વાંસલાથી જેમ લાકડાને ઊભે તેમ વાંસલા, કુકાડી, પરશુ વગેરે હથિયારોથી ઊભે, ચીરે ત્યારે કારમી ચીસ નાંખાઈ જાય છે.

વળી અણીદાર પોલાદના કાંટા કરતાં પણ આત મજબૂત કાંટાવાળા શાદમલીનાં ગાદ બનાવી, તેના ઉપર ચડાવી, ત્યાંથી ખેંચે, ખેંચીને ઉતારતાં, એના શરીરમાં એ કાંટાઓ ભેરથી બીંસાઈ જાય, અને કારમી વેદના પેદા કરે. એ વેદનાથી જુઓ નાખતા નારકીને અતિશય ભય પમાડવા મોટા મોટા હાકોટા કરે, ત્રાસ વરતાવે, ચારે તરફથી અતિશય અંગવલુ ધાય એવી દશા ઊભી કરે.

(૧૫) પંદરમાં મહાપ્રાપ્ત નામના પરમાધ્યાત્મી દેવોના અવાજ ધણા મોટા, અતિ બિહામણા હોય. જેમ કતલખાનામાં પૂરાયેલાં નિર્દોષ પશુઓ, આમતેમ ભાગતાં હોય, તેમને કસાઈઓ ચારે બાજુથી ઘેરી હો, આમ જાય તો આમ ફસાય, બીજી બાજુએ જાય તો ત્યાંથી ઘેરાઈ જાય. એવી રીતે વચ્ચે ઘેરીને, પકડી પાડે, અને હસડીને લઈ જાય, શૂલીમાં પરોવી, ઘાણીમાં ખીસે, ધણુના ધા મારે, નાક-મોં વગેરે બંધ કરીને ચૂંગળાથી નાખે, વિધવિધ પ્રકારની કદર્યાના કરે, તેમ આ પરમાધ્યાત્મીઓ નારકી જીવો પ્રત્યે અતિ-નિર્દયપણાનો વર્તાવ કરે છે.

અન્યોન્યકૃત વેદના : નારકો વિજયજ્ઞાનના જલથી એકબીજાને ભેઈ તોમ કોપવાળા બની જેમ એક કૃતરો

ખીજા કૃતરાને જોઈને તૂટી પડે તેમ સામ-સામે યુદ્ધ કરે છે. વૈક્રિય સમુદ્ધાત વડે મહાભયાનક રૂપોને વિકૃતીને પોતપોતાના નરકવાસમાં ક્ષેત્રાનુભાવ-જનિત પૃથ્વી પરિણામરૂપ લોહમય ત્રિશુલ, શિલા, મુદ્ગર, ભાલા, તલવાર, લાકડી, કુહાડી વગેરે વૈક્રિયજાતિના શસ્ત્રોથી તથા સ્વહસ્ત પાદ-દંત દ્વારા પરસ્પર લડાઈઓ-પ્રહારો કરે છે. કતલખાનામાં જેમ પશુના ટુકડેટુકડા કરી નાંખે તેમ એક-બીજાના ટુકડા કરી નાંખે છે. પારા જેવું શરીર પાછું એકરૂપ બની જાય છે. ગાઢ વેદનાથી નિઃશ્વાસ લેતા મહાહુઃખને લોગવે છે. પ્રથમની પાંચ નરક સુધી આ વેદના હોય છે.

૬-૭ નરકમાં શરીરકૃત અન્યોન્ય વેદના છે. ત્યાંના નારકીઓ વજ્રમય તીક્ષ્ણ મુખવાળા, લાલ વર્ણના કુંથુઆ, ગોમય કીડાઓ આદિને શરીર સંબંધ વિકૃતીને એક-બીજાના શરીરને ફેલી ખાતા, કોતરી લેતા ચાલણી જેવું શરીર કરે છે. પરસ્પર શરીરમાં પ્રવેશ પામતાં અતિ વેદના અનુભવે છે.

સમ્યગ્દષ્ટિ નારકો તાત્ત્વિક વિચારણાથી પોતાના કર્મનું ફળ હોઈ સદન કરે છે અને સમાધિ રાખે છે, જ્યારે મિથ્યાદષ્ટિ નારકો ક્રોધના આવેશથી પરસ્પર પીડા કરતા દિવાયી ખૂબ હુઃખ અનુભવે છે અને ખૂબ કર્મો બાંધે છે. ૮ હુઃખદાયી નરકજાતિથી બચવા પાપકાર્યોને અને અમકૃત ખાન-પાનનો ત્યાગ કરે.

કર્યા વિના હિંસા, લૂંટ, ચોરી, વિશ્વાસઘાત, વિષયસેવન અને અનાચારીપણું વગેરે જેવા અતિલોભથી ઘણા આરંભ વગેરે મહાપાપના કાર્યો કર્યા હોવાથી, એવાં દુષ્ટ કાર્યનાં ફળો ભોગવવા આ સ્થાનમાં ઉત્પન્ન થયેલા હોવાથી, એમનું પણ ત્યાં કોઈ સાંભળે એવું મળતું નથી. ચારે બાજુથી ભય, ત્રાસ, ઉપદ્રવનો પાર નહિ.

❶ તેરમા વૈતરણી નામના પરમાધામી દેવો, વૈતરણી નદી બનાવે; તેમાં ઉતું, કળકળતું, અતિક્ષારવાળું, તેજભળેવું, અડતાં જ દાઝી જવાય એવું પાણી ભર્યું હોય, અતિ ભય પેદા કરે, તેવા લોહી, પરુ, વાળ, હાડકાં વગેરે ભર્યાં હોય, એવી ભયંકર નદીમાં તણાતા મૂકે છે. પરવશ બનેલા નારકી જીવો કયાં જાય ? જે પ્રમાણે એ દુઃખ આપે, તે સહન કર્યા સિવાય તેમનો છૂટકો થતો નથી. સ્વાધીનતાના સમયે સ્વચ્છંદતાપૂર્વક વર્ત્યા હોય, પોતાનાથી ઓછી શક્તિવાળા જીવો પર જુલમ વરસાવ્યો હોય, કોઈને અવળા રસ્તા બતાવ્યા હોય, કોઈને નુકસાનનાં કામોમાં ઉતારીને ખુશી થયા હોય, બીજાઓ પર ત્રાસ વર્તાવતાં ખૂબ આનંદ માન્યો હોય, અને પાપના વિચારના અને આચારના પ્રવાહમાં ખૂબ રાગ્યા હોય, તેમને આવા વૈતરણીના પ્રવાહમાં તણાવું પડે. કોઈ શરતું આપનાર ન મળે, ગાદ પીડાઓ ભોગવે.

❷, ઔદમા ખરસ્વર જાનિના પરમાધામી અમરોદા ઘણું ક્રોધ અવાજ કરનાર હોય. એવા ભયંકર અવાજ કરે કે નારકીના જીવોને જાયમાં અનેકગણે વધારો થાય, અગત્ય નારકી જીવોને જોરથી પકડી રાખી, જે સામગ્રીમાં

રૂપ

પરદી વચ્ચે એને લલ્લો રાખે, અને મોટા લાકડાને રતિયાની જેમ વેરે, તેમ કરવત મૂકીને સામસામા ખેંચતા ના શરીરના જે ભાગ ફરી નાખે, તેમજ સુતાર વાંસલાથી મ લાકડાને ઓઢે તેમ વાંસલા, કુહાડી, પરશુ વગેરે વિધારોથી ઓઢે, ચીરે ત્યારે કારમી ચીસ નાંખાઈ જાય છે.

બીજી અળીકાર પોલાદના કાંટા કરતાં પણ આત જણત કાંટાવાળા શાદમણીનાં બાક બનાવી, તેના ઉપર ડાલી, ત્યાંથી ખેંચે, ખેંચીને ઉતારતાં, એના શરીરમાં રે કાંટાઓ ભેરથી ભીંસાઈ જાય, અને કારમી વેદના ડા, કરે. એ વેદનાથી જૂથો નાખતા નારકીને અતિશય મ્મ પમાડવા મોટા મોટા હાકોટા કરે, ત્રાસ વરતાવે, ચારે તરફથી અતિશય મુંઝવણ ધાય એવી દશા ઊભી કરે.

(૧૫) પંદરમાં મહાધોષ નામના પરમાધામી દેવોના અવાજ ધણુ મોટા, અતિ બિહ્વામણુ હોય. જેમ કતલ-ખાનામાં પૂરાયેલાં નિર્દોષ પશુઓ, આમતેમ ભાગતાં હોય, તેમને કસાઈઓ ચારે બાજુથી ઘેરી લે, આમ જાય તો આમ ફસાય, બીજી બાજુએ જાય તો ત્યાંથી ઘેરાઈ જાય. એવી રીતે વચ્ચે ઘેરીને, પકડી પાડે, અને ફસડીને લઈ જાય, શૂલીમાં પરોવી, ઘાણીમાં પીડે, ઘણુના ઘા મારે, નાક-મોં વગેરે બંધ કરીને મૂંગળાવી નાખે, વિધવિધ પ્રકારની કહર્યાના કરે, તેમ આ પરમાધામીઓ નારકી, છલ્લો, પ્રત્યે અતિ-નિર્દયપણાનો વર્તાવ કરે છે.

અન્યોન્યકૃત વેદના : નારકો વિભંગજ્ઞાનના બલથી એકબીજાને એઈ તોવ ક્રોધવાળા બની જેમ એક મત્રો

અલક્ષ્ય ખાન-પાનનાં મહાપાપો કરીને, અહીં એના કરતાં લાખો ગણી, કરોડો ગણી કે અસંખ્ય ગણી વેદના લોગવે છે.

❶ ચોથા સખલ જાતિના નરક-પાલ પરમાધામી અસુર દેવો, કુતૂહલને વશ થઈ, કીડા નિમિત્તે, નારકી જીવોને એવી રીતે સતાવે છે કે, અણીદાર ધગધગતાં હથિયારો લઈ તેમની છાતી અને પેટમાં ઘાંચી દે છે, તીક્ષ્ણ હથિયારો વડે શરીરના ટુકડે ટુકડા કરી નાખે છે, આમડી ઉજરડી નાખે છે, કાળજીને આરે બાજુથી ખેંચા-ખેંચ કરીને રડવડાવે છે.

❷ પાંચમા રૌદ્ર નામના અસુરો, અતિ-રૌદ્ર મહાભયાનક રૂપને ધારણ કરીને, નારકીના જીવોને, તલવાર, ભાલા, છરી, ઞરછીઓ, શરીરમાં ભોંડી દે છે, અને અતિશય દુઃખ ઉત્પન્ન કરે છે.

❸ છઠ્ઠા ઉપરુદ્ર નામના નરક-પાલ અસુર પરમાધામી દેવો, નારકી જીવોના હાથ, પગ, સાથળ, મસ્તક વગેરે પકડીને, મરડીને ભોંડી નાખે છે. અંગ-ઉપાંગને ખાંચીને છૂટા કરે છે. દુઃખનો પોકાર દોઈ સાંભળનાર તો મળે નહિ, પણ જેની આગળ દુઃખ કરે તે વધુ દુઃખ આપનાર. થાય. દાસ્ય, અભિમાન અને ઉન્માદને લઈને બાંધેલા ક્રોધના આવા દાણુ વિપાક નારકીના જીવો અનુભવે છે.

❹ સાતમા કાલ જાતિના પરમાધામીઓ નારકીના

હવેને અગ્નિથી બરેલા મોટા મોટા બક્રા, મોટી મોટી સંગડીઓ, સોઢાને ગાળવાની મોટી ભઠ્ઠીઓ, વગેરે, વગેરે અતિ તાપ કરનારી, જગ્યાઓમાં નાખીને શેકે છે, હવેને તરફકાવવાનાં, શેકવાનાં પાપો ક્યાં હોય, તેમને શેકી નાખે છે, રાંધે છે, તરફકાવે છે, મહાપીકા ઉપજાવે છે.

● આપણા મહાકાલ જાતિના પરમાધામી દેવો, આગળના ભવમાં, હવેને મારવાના, કાપવાના કામો કરીને આવેલા, કસાર્છના ધંધા અગર તેવા હવદિંસાના વ્યવસાયનાં કામો કરનારા, માંસ બસણ કરનારા, પશુઓની ચામડી ઉત્તરકનારા, માંસ અદિને વેપાર કરનારા, અનેક દિંસાના કામનો પ્રચાર કરનારા, દિંસામય દુષ્ટ કાર્યોમાં આગેવાની લેનારા, વિના કારણે કે કારણે હવદિંસાના કામની પ્રથંસા કે અનુમોદના કરનારા, અથવાં કુર કામો કરવા વડે પાપના ભારથી બરેલા જે હવે નરકમાં ભપ છે, તેમના શરીરના બીણા બીણા ટુકડા કરી નાખે છે. 'દે, તને પારકા હવેાતું માંસ ખાવું બહુ ગમતું હતું' એમ કહીને એના જ માંસના ટુકડા કાપી કાપીને એના મોઢામાં થાલે છે, ભોરગુલમ કરીને એમના શરીરતું જ માંસ એમને ખવડાવે છે, વાંસાની ચામડી ઉત્તરકીને પાછળ પૂંછડા જેવું કરી નાખે છે, તેને ખૂબ ખેંચીને હેરાન કરે છે, વિધવિધ માતનાઓથી ત્રાસ પમાડે છે.

પૂર્વભવમાં સૌંદર્ય-સાધનોમાં, રસાવલોમાં કે ડોકટરી વિદ્યાભ્યાસમાં, હજારો-લાખો હવેને પરપીન બનાવીને ઓઘા-ઢોલ, કાપ્પા-ઢોલ, શરીરના અવધવેટ

જુદા પાડ્યા હોય, અવયવો ખોટા પાડીને જોવાના અખતરા કર્યા હોય, કોઈના વાળ ખેંચ્યા હોય, કોઈની ચામડી ઉતારી હોય, કોઈને જુદી રીતે જુદા જુદા કારણથી વેપાર આદિના કારણે મારવાનાં કામ કર્યાં હોય, તેવા જીવોને, નરકગતિમાં ગયા પછી પૂર્વના ભવમાં જોટલી વાર જોટલા જીવોને માર્યા હોય તેના કરતાં લાખો, કરોડો ગણી રીતે, રહેસાવું પડે છે. રિખાવું પડે છે, ખૂબ હેરાન થવું પડે છે. આ માટે મહાપુરુષો કહે છે કે, હોંશે કરેલા પાપનાં પરિણામો ભોગવતાં, રોતાં રોતાં પણ છુટકારો થતો નથી. માટે નરકગતિના દુઃખનો ચિતાર આંખ સામે રાખીને પાપના આરંભોથી બચવા માટે પ્રયત્ન કરવા લાયક છે.

❶ નવમા અક્ષિપત્ર જાતિના અસુર દેવો તલવારો, કટારીઓ, મોટા છરા વગેરે લઈને નારકી-જીવોના હોડને છેદે, કાન કાપે, લાથને ભાંગી નાખે, પગને તોડી નાખે, પીકના ભાગ ઉપર ઘા મારીને મોટા ચીરા પાડે, માથું ઘટથી છટું કરી નાખે, એમ જુદા જુદા શરીરના ભાગોને તીક્ષ્ણ હથિયારો વડે છેદતા, મહાપીડા ઉપજાવે. પરમાધર્મી દેવોને, દેવભવના સ્વભાવથી, વિભંગજ્ઞાન હોય, એ જ્ઞાનથી નારકીના પૂર્વજાતની હરીક્રાંતિ જાણતા હોય, એના પૂર્વના પાપનાં કામો યાદ કરીને, એમને વિશેષ મનાવે.

❷ દશમા ધનુષ (અવયવ. પત્ર-ધનુ) નામના અસુર દેવે, નારકી જીવોને દુઃખ દેવા માટે, તલવારની માર

જેવાં પાંદડાઓવાળાં વૃક્ષોનું વન તોયાર કરે, દુઃખથી પીડાયેલા, તાપથી અકળાયેલા, વેદનાથી મુંઝાયેલા, નારકી છવો એ ઝાડો નીચે વિશ્વામો લેવા એસે ત્યારે પ્રચંડ પવનને વિદુષીને, એ લીક્ષુ પાંદડા એમના શરીર ઉપર પાડે. જે પડતાં જ શરીરને ચીરી નાખે, નાક, કાન, હાથ, પડખાં, છાતી, વાંસો, સાયળ વગેરે અવયવો ઉઠાઈ જાય, ત્યાં પણ હેરાન થવું પડે, ને અતિ આકરી પીડાથી રિભાય.

❶ અગિયારમાં કુંભી નામના નરકપાલ અમુરો, નારકી છવોને સાંકડા મોઢાવાળી લોઢાની કુંભીઓ એટલે દોઢીઓમાં પૂરીને, નીચે ઉપર, ચારે બાજુ અગ્નિ સળગાવીને રાંધે છે. મોટા કડાયામાં ઘાલીને, નીચે તાપ કરીને ચણાની જેમ શેકી નાખે છે, અંદર બળતા ચોકતા તાપથી પીડાતા, આમતેમ ઉછાળે છે. બહુ કારખી ચીસો નાખે છે.

❷ બારમા વાસુકા નામના પરમાધામીઓ દીન, અશરણ, મદાપીદિત એવા નારકી છવોને ધનધનની અછીકાર રેલીમાં ચલવે છે. જેમાં ચાલતાં બહુ મરખી હાથે અને પગમાં કાંટા, જાણ કે શૂલો વાગ્યા હોય એના કરતાં પણ અતિથાય પીડા થાય. વળી એવી મરખ રેલીમાં નાંખીને ઘાણી, ચણા વગેરેને શેકે તેવી રીતે શેકે છે. હાથે લઈ લઈ એવી રેલીમાં નીચે ફેંકે છે, એથી શરીરના બધા ભાગ એ અછીકાર કાંકરીમાં લોંકાય છે, ચારે બાજુથી એકદમ પીડા જનુમરે છે. એમણે પેતાના પૂર્વજોમાં જીભ છવેને યું દુઃખ થાય છે, એને જ્યાં પણ વિચાર

કર્યા વિના હિંસા, લૂંટ, ચોરી, વિશ્વાસઘાત, વિષયસેવન અને અનાચારીપણું વગેરે જેવા અતિલોભથી ઘણા આરંભ વગેરે મહાપાપના કાર્યો કર્યા હોવાથી, એવાં દુષ્ટ કાર્યનાં ફળો લોગવવા આ સ્થાનમાં ઉત્પન્ન થયેલા હોવાથી, એમનું પણ ત્યાં કોઈ સાંભળે એવું મળતું નથી. આરે આજુથી ભય, ત્રાસ, ઉપદ્રવનો પાર નહિ.

૭ તેરમા વૈતરણી નામના પરમાધામી દેવો, વૈતરણી નદી બનાવે; તેમાં ઉતું, કળકળતું, અતિક્ષારવાળું, તેજભળેવું, અડતાં જ દાઝી જવાય એવું પાણી ભર્યું હોય, અતિ ભય પેદા કરે, તેવા લોહી, પડુ, વાળ, હાડકાં વગેરે ભર્યાં હોય, એવી ભયંકર નદીમાં તણાતા મૂકે છે. પરવશ બનેલા નારકી જીવો ક્યાં જાય ? જે પ્રમાણે એ દુઃખ આપે, તે સહન કર્યા સિવાય તેમનો છૂટકો થતો નથી. સ્વાધીનતાના સમયે સ્વચ્છંદતાપૂર્વક વર્ત્યા હોય, પોતાનાથી ઓછી શક્તિવાળા જીવો પર જીલમ વરસાવ્યો હોય, કોઈને અવળા રસ્તા બતાવ્યા હોય, કોઈને નુકસાનનાં કામોમાં ઉતારીને ખુશી થયા હોય, બીજાઓ પર ત્રાસ વર્તાવનાં ખૂબ આનંદ માન્યો હોય, અને પાપના વિચારના અને આચારના પ્રવાહમાં ખૂબ રાગ્યા હોય, તેમને આવા વૈતરણીના પ્રવાહમાં નાખાવું પડે. કોઈ શબ્દ આપનાર ન મળે, ગાદ બીડાઓ લોગવે.

૮, ચૌદમા પરસ્પર બદનિતા પરમાધામી વસુદેવો, ઘણું દહેર અવાજ કરનાર હોય, એવા ભયંકર અવાજ કરે જે નારકીના જીવને ભયમાં અનેકમણે વધારે થાય, ભયન. નારકી જીવને નેરવી પદ્ધતિ રાખી, જે અભયમાં

હિમા રહી વચ્ચે એને લોકો રાખે, અને મોટા લોકોને કરવતિયાની જેમ વેરે, તેમ કરવત મૂકીને સામસામા જેવતા એના શરીરના એ ભાગ કરી નાખે, તેમજ સુતાર વાંસલાથી જેમ લોકોને ઊઠે તેમ વાંસલા, કુહાડી, પરશુ વગેરે હથિયારોથી છેાલે, ચીરે ત્યારે કારમી થીસ ન'ભાઈ જાય છે.

વળી અષ્ટીકાર પોલાડના કાંટા કરતાં પણ આત મજબૂત કાંટાવાળા શાદમઘીનાં જાડ બનાવી, તેના ઉપર ચડાવી, ત્યાંથી જેથે, જેંચીને ઉતારતાં, એના શરીરમાં એ કાંટાઓ ભેરથી ભીંખાઈ જાય, અને કારમી વેદના પેદા કરે. એ વેદનાથી જૂએ નાખતા નારકીને અતિશય ભય પમાડવા મોટા મોટા હાકોટા કરે, ત્રાસ વરતાવે, ચારે તરફથી અતિશય મુંઝવણ થાય એવી દશા ઊભી કરે.

(૧૫) પંદરમાં મહાધોષ નામના પરમાધામી દેવોના અવાજ પણ મોટા, અતિ બિહુમણા હોય. જેમ કતલ-ખાનામાં પૂરાયેલાં નિર્દોષ પશુઓ, આમતેમ ભાગતાં હોય, તેમને કસાર્થો ચારે બાજુથી વેરી છે, આમ જાય તો આમ ફસાય, બીજા બાજુએ જાય તો ત્યાંથી ઘેરાઈ જાય. એવી રીતે વચ્ચે વેરીને, પકડી પાડે, અને હસડીને લઈ જાય, શુભીમાં પરોવી, ઘાતીમાં પીસે, ઘણા ઘા મારે, નાક-માં વગેરે બંધ કરીને ૥ પી નાખે,
વિધવિધ પ્રકારની કલ્હના કરે, તેમ : માધામીઓ
નારકી છવે પ્રત્યે અતિ-નિર્દયપણાને ૮ કરે છે..

અન્યોન્યદૃત વેદના : નારકો વિજંજ્ઞાનના બલથી
જે-જીભને બેઈ વીંધ કોધવાળા જાની જેમ એક કતરે

ખીજા ફતરાને જોઈને તૂટી પડે તેમ સામ-સામે યુદ્ધ કરે છે. વૈક્રિય સમુદ્ધાત વડે મહાભયાનક રૂપેને વિકુર્વીને પોતપોતાના નરકવાસમાં ક્ષેત્રાનુભાવ-જનિત પૃથ્વી પરિણામરૂપ લોહમય ત્રિશુલ, શિલા, મુદ્ગર, ભાલા, તલવાર, લાકડી, કુહાડી વગેરે વૈક્રિયજાતિના શસ્ત્રોથી તથા સ્વહસ્ત-પાદ-દંત દ્વારા પરસ્પર લડાઈઓ-પ્રહારો કરે છે. કતલખાનામાં જેમ પશુના ટુકડેટુકડા કરી નાંખે તેમ એક-બીજાના ટુકડા કરી નાંખે છે. પારા જેવું શરીર પાછું એકરૂપ બની જાય છે. ગાઢ વેદનાથી નિઃશ્વાસ લેતા મહાદુઃખને ભોગવે છે. પ્રથમની પાંચ નરક સુધી આ વેદના હોય છે.

૬-૭ નરકમાં શરીરકૃત અન્યોન્ય વેદના છે. ત્યાંના નારકીઓ વજ્રમય તીક્ષ્ણ મુખવાળા, લાલ વર્ણના કુંથુઆ, ગોમય કીડાઓ આદિને શરીર સંબંધ વિકુર્વીને એક-બીજાના શરીરને ફેલી ખાતા, કોતરી લેતા ચાલણી જેવું શરીર કરે છે. પરસ્પર શરીરમાં પ્રવેશ પામતાં અતિ વેદના અનુભવે છે.

સમ્યગ્દષ્ટિ નારકો તાત્ત્વિક વિચારણાથી પોતાના કર્મનું ફળ ઊંઘી સમજી કરે છે અને સમાધિ રાખે છે, જ્યારે મિથ્યાદષ્ટિ નારકો ક્રોધના આવેશથી પરસ્પર પીડા કરતા દિવાથી ખૂબ દુઃખ અનુભવે છે અને ખૂબ કર્મો બાંધે છે. ૮ દુઃખદાયી નરકગતિથી બચવા પાપકાર્યોના અને અમર્ય બાન-પાતનો ત્યાગ કરે.

કર્યા વિના હિંસા, લૂંટ, ચોરી, વિશ્વાસઘાત, વિષયસેવન અને અનાચારીપણું વગેરે જેવા અતિલોભથી ઘણા આરંભ વગેરે મહાપાપના કાર્યો કર્યા હોવાથી, એવાં દુષ્ટ કાર્યનાં ફળો ભોગવવા આ સ્થાનમાં ઉત્પન્ન થયેલા હોવાથી, એમનું પણ ત્યાં કોઈ સાંભળે એવું મળતું નથી. આરે આજુથી ભય, ત્રાસ, ઉપદ્રવનો પાર નહિ.

❶ તેરમા વૈતરણી નામના પરમાધામી દેવો, વૈતરણી નદી બનાવે; તેમાં ઉતું, કળકળતું, અતિક્ષારવાળું, તેજભળે એવું, અડતાં જ દાઝી જવાય એવું પાણી ભર્યું હોય, અતિ ભય પેદા કરે, તેવા લોહી, પડુ, વાળ, હાડકાં વગેરે ભર્યાં હોય, એવી ભયંકર નદીમાં તણાતા મૂકે છે. પરવશ બનેલા નારકી જીવો કયાં જાય ? જે પ્રમાણે એ દુઃખ આપે, તે સહન કર્યા સિવાય તેમનો છૂટકો થતો નથી. સ્વાધીનતાના સમયે સ્વચ્છંદતાપૂર્વક વર્ત્યા હોય, પોતાનાથી ઓછી શક્તિવાળા જીવો પર જીલમ વરસાવ્યો હોય, કોઈને અવળા રસ્તા બતાવ્યા હોય, કોઈને નુકસાનનાં કામોમાં ઉતારીને ખુશી થયા હોય, ઘીનજ્યો પર ત્રાસ વર્તાવતાં ખૂબ આનંદ માન્યો હોય, અને પાપના વિચારના અને આચારના પ્રવાહમાં ખૂબ રાગ્યા હોય, તેમને આવા વૈતરણીના પ્રવાહમાં નાખાવું પડે. કોઈ રાગળું આપનાર ન મળે, ગાદ પીડાઓ ભોગવે.

❷, ચૌદમા ખરસ્વર જાનિના પરમાધામી અમરેશ્વરે કોઈને અવજ કરનાર હોય. એવા ભયંકર આગળ કરે કે નારકના જીવોને ભયમાં અનંદગરૂં વધારે થાય, સમગ્ર નારકી જીવોને તૈરથી પકડી રાખી, જે સમયમાં

હિમા રહી વચ્ચે એને લલો રાખે, અને મોટા લાકડાને કરવતિયાની જેમ વેરે, તેમ કરવત મૂકીને સામસામા ખેંચતા એના શરીરના એ ભાગ કરી નાખે, તેમજ મુત્યાર વાંસલાયી જેમ લાકડાને છોલે તેમ વાંસલા, કુહાડી, પરશુ વગેરે હથિયારોથી છોલે, ચીરે ત્યારે કારમી ચીસ ન'ખાઈ ભય છે.

વળી અણીદાર પોલાદના કાંટા કરતા પશુ આંત મજબૂત કાંટાવાળા શાકમણીનાં ગ્રાહ બનાવી, તેના ઉપર ચડાવી, ત્યાંથી ખેંચે, ખેંચીને ઉતારતાં, એના શરીરમાં એ કાંટાઓ ભેરથી ભીંસાઈ ભય, અને કારમી વેદના પેદા કરે. એ વેદનાથી ભૂમો નાખતા નારડીને અતિશય ભય પમાડવા મોટા મોટા હાકોટા કરે, ગ્રાસ વરતાવે, ચારે તરફથી અતિશય મુંઝવણ ધાપ એવી દશા જોખી કરે.

(૧૫) પંદરમાં મહાપોષ નામના પરમાધામી દેવેના અવાજ ધણા મોટા, અતિ બિહામણા હોય જેમ કલસ-ખાનામાં પૂરાયેલાં નિર્દોષ પશુઓ, આમતેમ ભાગતાં હોય, તેમને કસાઈઓ ચારે બાજુથી ઘેરી લે, આમ ભય તો આમ ફસાય, બીજા બાજુએ ભય તો ત્યાંથી ઘેરાઈ ભય. એવી રીતે વચ્ચે ઘેરીને, પકડી પાડે, અને હસડીને લઈ ભય, શૂલીમાં પરોવી, ઘાણીમાં પીટ્ટે, ઘણા ઘા મારે, નાક-માં વગેરે બંધ કરીને મુંગળાવી નાખે, વિધવિધ પ્રકારની કલ્યાણ કરે, તેમ આ પરમાધામીઓ નારડી છવો મત્તે અતિ-નિર્દયપણાનો વર્તાવ કરે છે.

અ.ચો.ન્યૂન વેદના : નારકો વિશંગજ્ઞાનના બલથી એકબીબને એઈ ઊભ કોપવાળા બની જેમ એક કૂતરો

જુદા પાડ્યા હોય, અવયવો ખોટા પાડીને જોવાના અખતર કર્યા હોય, કોઈના વાળ ખેંચ્યા હોય, કોઈની આમડી ઉતારી હોય, કોઈને જુદી રીતે જુદા જુદા કારણથી વેપાર આદિના કારણે મારવાનાં કામ કર્યાં હોય, તેવા જીવોને, નરકગતિમાં ગયા પછી પૂર્વના લવમાં જેટલી વાર જેટલા જીવોને માર્યા હોય તેના કરતાં લાખો, કરોડો ગણી રીતે, રહેસાવું પડે છે. રિખાવું પડે છે, ખૂબ હેરાન થવું પડે છે. આ માટે મહાપુરુષો કહે છે કે, હોંશે કરેલા પાપનાં પરિણામો ભોગવતાં, રોતાં રોતાં પણ છુટકારો થતો નથી. માટે નરકગતિના દુઃખનો ચિતાર આંખ સામે રાખીને પાપના આરંભોથી બચવા માટે પ્રયત્ન કરવા લાયક છે.

❶ નવમા અસિપત્ર જાતિના અસુર દેવો તલવારો, કટારીઓ, મોટા છરા વગેરે લઈને નારકી-જીવોના હોડને છેદે, ઠાન કાપે, લાથને ભાંગી નાખે, પગને તોડી નાખે, પીડના ભાગ ઉપર ઘા મારીને મોટા ચીરા પાડે, માથું ધડથી છટું કરી નાખે, એમ જુદા જુદા શરીરના ભાગોને તીક્ષ્ણ હથિયારો વડે છેદતા, મહાપીડા ઉપજાવે. પરમાધામી દેવોને, દેવભવના સ્વભાવથી, વિભંગજ્ઞાન હોય, એ જ્ઞાનથી નારકીના પૂર્વભવની હરીક્રંતા જાણતા હોય, એના પૂર્વના પાપનાં કામો યાદ કરીને, એમને વિશેષ સતાવે.

❷ દસમા વિનુષ (અથવા પત્ર-ધનુ) નામના અસુર દેવો, નારકી જીવોને દુઃખ દેવા માટે, તલવારની માર

જેવાં પાંદડાઓવાળાં વૃક્ષોનું વન તૈયાર કરે, દુઃખથી પીડાયેલા, તાપથી અકળાયેલા, વેદનાથી મુંઝાયેલા, નારકી છવેા એ જાડો નીચે વિચારેા લેવા બેસે ત્યારે પ્રચંડ પવનને વિકૃતીને, એ તીક્ષ્ણ પાંદડા એમના શરીર ઉપર પાડે. જે પડતાં જ શરીરને ચીરી નાખે, નાક, કાન, હાથ, પડખાં, છાતી, વાંસો, સાધળ વગેરે અવયવો છેદાઈ જાય, ત્યાં પણ હેરાન થવું પડે, ને અતિ આકરી પીડાથી રિભાય.

❶ અગિયારમાં કુંભી નામના નરકપાલ અસુરો, નારકી છવેાને સાંકડા મોઢાવાળી લોઢાની કુંભીઓ એટલે કોઢીઓમાં પૂરીને, નીચે, ઉપર, ચારે બાજુ અગ્નિ સજગાવીને રાંધે છે. મોઢા કઢાયામાં ઘાલીને, નીચે તાપ કરીને ચણાની જેમ શેકી નાખે છે, અંદર બળતા શેકાતા તાપથી પીડાતા, આમતેમ ઉછાળે છે, ઘણી કારખી ચીસો નાખે છે.

❷ બારમા વાહુકા નામના પરમાધામીઓ દીન, અશક્ત, મહાપીડિત એવા નારકી છવેાને ધગધમતી અધીદાર દેતીમાં ચલાવે છે. જેમાં ચાલતાં ઘણી ગરમી લાગે અને પગમાં કાંટા, બાલ કં શૂલો વાગ્યા હોય એના કરતાં પણ અતિશય પીડા થાય, વળી એવી ગરમ દેતીમાં નાંખીને ધાણી, ચણા વગેરેને શેકે તેવી રીતે શેકે છે. જાંબે લઈ જઈ એવી દેતીમાં નીચે ફેંકે છે, એથી શરીરના બધા ભાગ એ અધીદાર કાંકરીમાં ભોંકાય છે, ચારે બાજુથી એકદમ પીડા અનુભવે છે. એમણે પોતાના પૂર્વજવોમાં રીત છવેાને મું દુઃખ થાય છે, એનો જરા પણ વિચાર

કર્યા વિના હિંસા, લૂંટ, ચોરી, વિશ્વાસઘાત, વિષયસેવન અને અનાચારીપણું વગેરે જેવા અતિલોભથી ઘણા આરંભ વગેરે મહાપાપના કાર્યો કર્યા હોવાથી, એવાં દુષ્ટ કાર્યનાં ફળો ભોગવવા આ સ્થાનમાં ઉત્પન્ન થયેલા હોવાથી, એમનું પણ ત્યાં કોઈ સાંભળે એવું મળતું નથી. આરે ખાનુથી ભય, ત્રાસ, ઉપદ્રવનો પાર નહિ.

❶ તેરમા વૈતરણી નામના પરમાધામી દેવો, વૈતરણી નદી બનાવે; તેમાં ઉતું, કળકળતું, અતિક્ષારવાળું, તેજભળેવું, અડતાં જ દાઝી જવાય એવું પાણી ભર્યું હોય, અતિ ભય પેદા કરે, તેવા લોહી, પરુ, વાળ, હાડકાં વગેરે ભર્યાં હોય, એવી ભયંકર નદીમાં તણાતા મૂકે છે. પરવશ બનેલા નારકી જીવો ક્યાં જાય ? જે પ્રમાણે એ દુઃખ આપે, તે સહન કર્યા સિવાય તેમનો છટકો થતો નથી. સ્વાધીનતાના સમયે સ્વચ્છંદતાપૂર્વક વર્ત્યા હોય, પોતાનાથી ઓછી શક્તિવાળા જીવો પર જુલમ વરસાવ્યો હોય, કોઈને અવળા રસ્તા બતાવ્યા હોય, કોઈને નુકસાનનાં કામોમાં ઉતારીને ખુશી થયા હોય, બીજાઓ પર ત્રાસ વર્તાવનાં ખૂબ આનંદ માન્યો હોય, અને પાપના વિચારના અને આવ્યારના પ્રવાહમાં ખૂબ રાગ્યા હોય, તેમને આવા વૈતરણીના પ્રવાહમાં તળાવું પડે. કોઈ શબ્દ અપનાવે ન મળે, ગાદી પીડાઓ ભોગવે.

❷ ચૌદમા અરસ્તર જ્ઞાનિના પરમાધામી અરસરો ઘણું દોકોર અવાજ કરતાર હોય. એવા ભયંકર અવાજ કરે કે નારકીન. જીવોને જાયમાં અનેકજાણે વધારે ગાય, તે જાણે કે એકથી વધારે જાણી. એ સામગ્રીમાં

હિમા રહી વચ્ચે એને ઊભો રાખે, અને મોટા લાકડાને કરવતિયાની જેમ વેરે, તેમ કરવત મૂકીને સામસામા ખેંચતા એના યરીરના બે ભાગ કરી નાખે, તેમજ મુત્તાર વાંસલાથી જેમ લાકડાને છોલે તેમ વાંસલા, કુહાડી, પરશુ વગેરે હથિયારોથી છોલે, ચીરે ત્યારે કારમી ચીસ નાખાઈ જાય છે.

વળી અછીદાર પોલાદના કાંટા કરતાં ધણુ આત મજબૂત કાંટાવાળા શાદમઘીનાં ઝાડ બનાવી, તેના ઉપર ચડાવી, ત્યાંથી ખેંચે, ખેંચીને ઉતારતા, એના યરીરમાં એ કાંટાઓ ભેરથી બીંસાઈ જાય, અને કારમી વેદના પેદા કરે. એ વેદનાથી ખૂબો નાખતા નારદીને અતિશય ભય પમાડવા મોટા મોટા હાકોટા કરે, ત્રાસ વરતાવે, ચારે તરફથી અતિશય મુંઝવણ ધાવ એવી દશા હિમી કરે.

(૧૫) પંદરમાં મહાધોષ નામના પરમાધામી દેવોના અવાજ ધણુ મોટા, અતિ બિહ્વામણ હોય. જેમ કનક-ખાનામાં પૂરાયેલાં નિર્દોષ પશુઓ, આમનેમ ભાગતાં હોય, તેમને ઠસાઈઓ ચારે બાજુથી ઘેરી છે, આમ જાય તો આમ દસાય, બીજી બાજુએ જાય તો ત્યાંથી ઘેરાઈ જાય. એવી રીતે વચ્ચે ઘેરીને, પકડી પાડે, અને ઠસડીને લઈ જાય, શુદ્ધીમાં પડેલી, ઘાણીમાં પીણે, ઘણુના ઘા મારે, નાક-માં વગેરે બાંધ કરીને મૂગવાવી નાખે. વિધવિધ પ્રકારની કઠથના કરે, તેમ આ પરમાધામીઓ નારદી છવો પ્રાચે અતિ-નિર્દોષપણાનો વતાંવ કરે છે.

અન્યોન્યકૃત વેદના : નારદો વિભંગજાનના બલથી એકબીજાને એઈ ત્રીજ કોધવાળા બની જેમ એક દૂતરો

ખીજા કૃતરાને જોઈને તૂટી પડે તેમ સામ-સામે યુદ્ધ કરે છે. વૈક્રિય સમુદ્ધાત વડે મહાભયાનક રૂપોને વિકૃતીને પોતપોતાના નરકવાસમાં ક્ષેત્રાનુભાવ-જનિત પૃથ્વી પરિણામરૂપ લોહમય ત્રિશુલ, શિલા, મુદ્ગર, ભાલા, તલવાર, લાકડી, કુહાડી વગેરે વૈક્રિયજાતિના શસ્ત્રોથી તથા સ્વહસ્ત-પાદ-દંત દ્વારા પરસ્પર લડાઈઓ-પ્રહારો કરે છે. કતલખાનામાં જેમ પશુના ટુકડેટુકડા કરી નાંખે તેમ એક-બીજાના ટુકડા કરી નાંખે છે. પારા જેવું શરીર પાછું એકરૂપ બની જાય છે. ગાઢ વેદનાથી નિઃશ્વાસ લેતા મહાહુઃખને લોગવે છે. પ્રથમની પાંચ નરક સુધી આ વેદના હોય છે.

૬-૭ નરકમાં શરીરકૃત અન્યોન્ય વેદના છે. ત્યાંના નારકીઓ વજ્રમય તીક્ષ્ણ મુખવાળા, લાલ વર્ણના કુંથુઆ, ગોમય કીડાઓ આદિને શરીર સંબંધ વિકૃતીને એક-બીજાના શરીરને ફેલી ખાતા, કોતરી લેતા ચાલણી જેવું શરીર કરે છે. પરસ્પર શરીરમાં પ્રવેશ પામતાં અતિ વેદના અનુભવે છે.

સમ્યગ્દષ્ટિ નારકો તાત્ત્વિક વિચારણાથી પોતાના કર્મનું ફળ હોઈ સમજી કરે છે અને સમાધિ રાખે છે, જ્યારે મિથ્યાદષ્ટિ નારકો ક્રોધના આવેશથી પરસ્પર પીડા કરતા દિવાળી ખૂબ હુઃખ અનુભવે છે અને ખૂબ કર્મો બાંધે છે. ❶ હુઃખદાયી નરકગતિથી જાયઃ પાપકાર્યોને અને અમર્ય ખાન-પાનને ત્યાગ કરે.

કર્યા વિના હિંસા, લૂંટ, ચોરી, વિશ્વાસઘાત, વિધવસેવન અને અનાચારીપણું વગેરે જેવા અતિલોભથી ઘણા આરંભ વગેરે મહાપાપના કાર્યો કર્યા હોવાથી, એવાં દુષ્ટ કાર્યનાં ફળો ભોગવવા આ સ્થાનમાં ઉત્પન્ન થયેલા હોવાથી, એમનું પણ ત્યાં કોઈ સાંભળે એવું મળતું નથી. આરે આજુથી ભય, ત્રાસ, ઉપદ્રવનો પાર નહિ.

❖ તેરમા વૈતરણી નામના પરમાધામી દેવો, વૈતરણી નદી બનાવે; તેમાં ઉતું, કળકળતું, અતિક્ષારવાળું, તેજભળે એવું, અડતાં જ દાઝી જવાય એવું પાણી ભર્યું હોય, અતિ ભય પેદા કરે, તેવા લોહી, પરુ, વાળ, હાડકાં વગેરે ભર્યાં હોય, એવી ભયંકર નદીમાં તણાતા મૂકે છે. પરવશ બનેલા નારકી છવે કયાં જાય ? જે પ્રભાણે એ દુઃખ આપે, તે સહન કર્યા સિવાય તેમનો છૂટકો થતો નથી. સ્વાધીનતાના સમયે સ્વચ્છંદતાપૂર્વક વર્ત્યા હોય, પોતાનાથી ઓછી શક્તિવાળા છવે પર જીલ્મ વરસાવ્યો હોય, કોઈને અવળા રસ્તા બતાવ્યા હોય, કોઈને નુકસાનનાં કામોમાં ઉતારીને ખુશી થયા હોય, બીજાઓ પર ત્રાસ વર્તાવતાં ખૂબ આનંદ માન્યો હોય, અને પાપના વિચારના અને આચારના પ્રવાહમાં ખૂબ રાગ્યા હોય, તેમને આવા વૈતરણીના પ્રવાહમાં તણાવું પડે. કોઈ શત્રુનું આપત્તાર ન મળે, માઠ પીડાઓ ભોગવે.

❖ ઔદમા પરસ્પર જાનિના પરમાધામી અગ્રદેવો ઘણા દુકેર અવાજ કરનાર હોય. એવા ભયંકર અવાજ દુકે દે નારકીન. જ્યેષ્ઠ ભયમાં અનેકપણે વધારે થાય, ભયના નારકી જ્યેષ્ઠને જોરથી પા

હિમા રહી વચ્ચે જોને હિલો રાખે, અને મોટા લાકડાને
ઠરવતિયાની જેમ વેરે, તેમ ઠરવત મૂકીને સામસામા ખેંચતા
જોના શરીરના એ ભાગ કરી નાખે, તેમજ સુતાર વાંસલાથી
જેમ લાકડાને છોલે તેમ વાંસલા, કુહાડી, પરશુ વગેરે
હથિયારોથી છોલે, ચીરે ત્યારે કારમી ચીસ ન'ખાઈ જાય છે.

વળી અણીદાર પોલાદના કાંટા કરતાં પશુ આત
મજબૂત કાંટાવાળા શાસ્ત્રમણીનાં ઝાઝ બનાવી, તેના ઉપર
ચડાવી, ત્યાંથી ખેંચે, ખેંચીને ઉતારતાં, જોના શરીરમાં
એ કાંટાઓ ભેરેથી ભીંસાઈ જાય, અને કારમી વેદના
પેદા કરે. એ વેદનાથી બૂમો નાખતા નારકીને અતિશય
ભય પમાડવા મોટા મોટા હાકોટા કરે, ત્રાસ વરતાવે,
ચારે તરફથી અતિશય ઝુંઝવણ થાય એવી દશા હિમી કરે.

(૧૫) પંદરમાં મહાધોષ નામના પરમાધામી દેવોના
અવાજ ધણા મોટા, અતિ બિહ્વામણા હોય. જેમ કતલ-
ખાનામાં પૂરાયેલાં નિર્દોષ પશુઓ, આમતંત્ર ભાગતાં
હોય, તેમને કસાઈઓ ચારે બાજુથી ઘેરી લે, આમ
જાય તે આમ ફસાય, બીજા બાજુએ જાય તે ત્યાંથી
ઘેરાઈ જાય. એવી રીતે વચ્ચે ઘેરીને, પકડી પાડે, અને
દસડીને હાઈ જાય, શૂલીમાં પડેલી, ઘાણીમાં પીડે, ધાતુના
ધા માટે, નાક-મોં વગેરે બંધ કરીને ચૂંચળાવી નાખે,
બિધવિધ પ્રકારની કદર્યાના કરે, તેમ આ પરમાધામીઓ
નારકી છલો પ્રત્યે અતિ-નિર્દયપણાનો વર્તાવ કરે છે.

અન્યોત્પાદૃત વેદના : નારકો વિભંગજ્ઞાનના બલથી
એકબીજાને ભેઈ તીવ્ર ક્રોધવાળા બની જેમ એક દૂતરે

બીજા કૂતરાને બોધને તૂટી પડે તેમ સામ-સામે યુદ્ધ કરે છે. વૈક્રિય સમુદ્ધાત વડે મહાભયાનક રૂપેને વિકૃતીને પોતપોતાના નરકવાસમાં ક્ષેત્રાનુભાવ-જનિત પૃથ્વી પરિણામરૂપ લોહમય ત્રિશુલ, શિલા, મુદ્ગર, ભાલા, તલવાર, લાકડી, કુહાડી વગેરે વૈક્રિયભતિના શસ્ત્રોથી તથા સ્વહસ્ત-પાદ-દંત દ્વારા પરસ્પર લડાઈઓ-પ્રહારો કરે છે. કતલખાનામાં જેમ પશુના ટુકડેટુકડા કરી નાંખે તેમ એક બીજાના ટુકડા કરી નાંખે છે. પારા જેવું શરીર પાછું એકરૂપ બની જાય છે. ગાઢ વેદનાથી નિઃશ્વાસ લેતા મહાદુઃખને લોગવે છે. પ્રથમની પાંચ નરક સુધી આ વેદના હોય છે.

૬-૭ નરકમાં શરીરકૃત અન્યોન્ય વેદના છે. ત્યાંના નારકીઓ વજ્રમય તીક્ષ્ણ સુખવાળા, લાલ વર્ણના કુંથુઆ, ગોમય કીડાઓ આદિને શરીર સંબંધ વિકૃતીને એક-બીજાના શરીરને ફેલી ખાતા, કોતરી લેતા ચાલણી જેવું શરીર કરે છે. પરસ્પર શરીરમાં પ્રવેશ પામતાં અતિ વેદના અનુભવે છે.

સમ્યગ્દષ્ટિ નારકો તાત્ત્વિક વિચારગ્રાથી પોતાના કર્મનું ફળ હોઈ સહન કરે છે અને સમાધિ રાખે છે, બીયારે મિથ્યાદષ્ટિ નારકો ક્રોધના આવેશથી પરસ્પર પીડા કરતા હોવાથી ખૂબ દુઃખ અનુભવે છે અને ખૂબ કર્મો બાંધે છે. ૮ દુઃખદાયી નરકગતિથી બચવા પાપકર્મોને અને અમદ્ય ખાન-પાનનો ત્યાગ કરે.

કર્યા વિના હિંસા, લૂંટ, ચોરી, વિશ્વાસઘાત, વિષયસેવન અને અનાચારીપણું વગેરે જેવા અતિલોભથી ઘણા આરંભ વગેરે મહાપાપના કાર્યો કર્યા હોવાથી, એવાં દુષ્ટ કાર્યનાં ફળો ભોગવવા આ સ્થાનમાં ઉત્પન્ન થયેલા હોવાથી, એમનું પણ ત્યાં કોઈ સાંભળે એવું મળતું નથી. ચારે બાજુથી ભય, ત્રાસ, ઉપદ્રવનો પાર નહિ.

૭ તેરમા વૈતરણી નામના પરમાધામી દેવો, વૈતરણી નદી બનાવે; તેમાં ઉતું, કળકળતું, અતિક્ષારવાળું, તેજભળેવું, અડતાં જ દાઝી જવાય એવું પાણી ભર્યું હોય, અતિ ભય પેદા કરે, તેવા લોહી, પડુ, વાળ, દાડકાં વગેરે ભર્યાં હોય, એવી ભયંકર નદીમાં તણાતા મૂકે છે. પરવશ બનેલા નારકી જીવો ક્યાં જાય ? જે પ્રમાણે એ દુઃખ આપે, તે સહન કર્યા સિવાય તેમનો છૂટકો થતો નથી. સ્વાર્થીનતાના સમયે સ્વચ્છંદતાપૂર્વક વર્ત્યા હોય, પોતાનાથી ઓછી શક્તિવાળા જીવો પર કુલમ વરસાવ્યો હોય, કોઈને અવળા રસ્તા બતાવ્યા હોય, કોઈને નુકસાનનાં કામોમાં ઉતારીને ખુશી થયા હોય, બીજાઓ પર ત્રાસ વર્તીવતાં ખૂબ આનંદ માન્યો હોય, અને પાપના વિચારના અને આવ્યારના પ્રવાહમાં ખૂબ રાગ્યા હોય, તેમને આવા વૈતરણીના પ્રવાહમાં તણાવું પડે. કોઈ રાગ્યું આવ્યું ન મળે, ગાદ પીડાઓ ભોગવે.

૮, ચૌદમા પરસ્પર જ્ઞાનિના પરમાધામી ભગવાન ધનુ ક્રોરે અવાજ કરનાર હોય. એવા ભયંકર અવાજ કરે કે નારકીના જીવેને ભયમાં અનેકબળે પથારી થાય, સમગ્ર નારકી જીવેને જીવંત મરતી વાળી એ અમમમા

હિના રહી વચ્ચે જોને જીલો રાખે, અને મોટા લાકડાને કરવતિયાની જેમ વેરે, તેમ કરવત મૂકીને સામસામા ખેંચતા જોના ચરીરના છે ભાગ કરી નાખે, તેમજ મુતાર વાંસલાથી જેમ લાકડાને છોલે તેમ વાંસલા, કુહાડી, પરશુ વગેરે હથિયારોથી છોલે, ચીરે ત્યારે કારમી ચીસ નાંખાઈ જાય છે.

વળી અણીકાર પોલાદના કાંટા કરતા પણ આત મજબૂત કાંટાવાળા શાદમલીનાં જાડ બનાવી, તેના ઉપર ચઢાવી, ત્યાંથી ખેંચે, ખેંચીને ઉતારતાં, જોના ચરીરમાં જે કાંટાઓ જોરથી બીંસાઈ જાય, અને કારમી વેદના પેદા કરે. જે વેદનાથી બૂમો નાખતા નારકીને અતિશય ભય પમાડવા મોટા મોટા હાકોટા કરે, ત્રાસ વરતાવે, ચારે તરફથી અતિશય મુંઝવણ યાચ જોવી દશા જીલો કરે.

(૧૫) પંદરમાં મહાપોષ નામના પરમાધ્યામી દેવોના અવાજ ધણા મોટા, અતિ જિહ્વામણા હોય. જેમ કવલ-જાનામાં પૂરાયેલાં નિર્દોષ પશુઓ, આમનેમ ભાગતાં હોય, તેમને ઠસાઈઓ ચારે બાજુથી ઘેરી લે, આમ જાય તો આમ હસાય, બીજી બાજુએ જાય તો ત્યાંથી ઘેરાઈ જાય. જોવી રીતે વચ્ચે ઘેરીને, પકડી પાડે, અને હસડીને લઈ જાય, શૂલીમાં પરોવી, ઘાણીમાં પીસે, ધણના થા મારે, નાક-માં વગેરે બંધ કરીને મુંગણાથી નાખે, વિષવિષ મકરની કદર્થના કરે, તેમ આ પરમાધ્યામીઓ નારકી છવો પ્રત્યે અતિ-નિર્દયપણાનો વર્તાવ કરે છે.

અપોન્મત વેદના : નારકો વિભંગજ્ઞાનના બલથી જોઈએને જોઈ તોવ કોપવાળા બની જેમ જોઈ હૃતરો

ખીજા ફૂતરાને જોઈને તૂટી પડે તેમ સામ-સામે યુદ્ધ કરે છે. વૈક્રિય સમુદ્ધાત વડે મહાભયાનક રૂપોને વિકુર્વીને પોતપોતાના નરકવાસમાં ક્ષેત્રાનુભાવ-જનિત પૃથ્વી પરિણામરૂપ લોહમય ત્રિશુલ, શિલા, મુદ્ગર, ભાલા, તલવાર, લાકડી, કુહાડી વગેરે વૈક્રિયજાતિના શસ્ત્રોથી તથા સ્વહસ્ત-પાદ-દંત દ્વારા પરસ્પર લડાઈઓ-પ્રહારો કરે છે. કતલખાનામાં જેમ પશુના ટુકડેટુકડા કરી નાંખે તેમ એક-ખીજાના ટુકડા કરી નાંખે છે. પારા જેવું શરીર પાછું એકરૂપ બની જાય છે. ગાઢ વેદનાથી નિઃશ્વાસ લેતા મહાહુઃખને ભોગવે છે. પ્રથમની પાંચ નરક સુધી આ વેદના હોય છે.

૬-૭ નરકમાં શરીરકૃત અન્યોન્ય વેદના છે. ત્યાંના નારકીઓ વજ્રમય તીક્ષ્ણ મુખવાળા, લાલ વર્ણના કુંથુઆ, ગોમય કીડાઓ આદિને શરીર સંબંધ વિકુર્વીને એક-ખીજાના શરીરને ફેલી ખાતા, કાતરી લેતા ચાલણી જેવું શરીર કરે છે. પરસ્પર શરીરમાં પ્રવેશ પામતાં અતિ વેદના અનુભવે છે.

સમ્યગ્દષ્ટિ નારકો તાત્ત્વિક વિચારણાથી પોતાના કર્મનું ફળ હોઈ સહન કરે છે અને સમાધિ રાખે છે, જ્યારે મિથ્યાદષ્ટિ નારકો ક્રોધના આવેશથી પરસ્પર પીડા કરતા દેવાથી ખૂબ હુઃખ અનુભવે છે અને ખૂબ કર્મો બાંધે છે. ૭ હુઃખદારી નરકગતિથી જાણવા પામ્યા પછી અને અમર્ય ખાન-પાનના ત્યાગ કરે.

